«УТВЕРЖДЕНО»
Директор ООО КШП «Кубаночка-93»

_____О.Л.Бахмет

«СОГЛАСОВАНО»
директор МБОУ СОШ №19
_____
Пасенченко О.Б.
_____

ООО КШП «Кубаночка-93»

Основное (организованное) примерное цикличное меню

для учащихся общеобразовательных учреждений

горячие завтраки и обеды возрастная группа 5-11 классы,

в том числе: учащиеся из многодетных семей, дети с ограниченными возможностями, дети-инвалиды.

на 2022-2023 учебный год

Город Краснодар, 2022

ЗАВТРАКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

1 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,00	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**645**	**24,84**	**21,59**	**82,91**	**668,15**

2 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно	30	6,96	8,85	0,00	108,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	180/20	15,55	18,39	30,13	394,67
386-17, ТК	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	92,22
ТК	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	ИТОГО	**585**	**33,41**	**33,59**	**85,38**	**800,09**

3 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
54-12м-2020	Плов с курицей	50/150	27,20	7,91	34,71	319,07
ТК	Кисель из сушеных плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,60
ТК	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**655**	**34,49**	**9,42**	**121,61**	**736,87**

4 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
15-017	Сыр (порционно)	15	3,48	4,43	0	54
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным	200/10	8,64	11,06	44,31	312,90
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
тк	Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	23,55	131,00
ТК	Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	59,75
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**560**	**23,92**	**21,88**	**128,56**	**791,75**

5 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
ТК	Рыба запеченная с маслом сливочным	120/10	19,95	18,60	5,42	308,72
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	200	4,26	6,94	26,40	185,86
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	ИТОГО	**685**	**30,11**	**26,49**	**85,17**	**761,58**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**146,77**	**112,97**	**503,63**	**3758,44**
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		**29,35**	**22,59**	**100,73**	**751,69**

6 день						

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	75/150	20,10	11,04	22,95	253,05
ТК	Какао с молоком	200	3,67	2,50	12,40	106,70
ТК	Кондитерское изделие	30	2,24	2,94	22,32	125,10
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**610**	**30,91**	**17,43**	**90,82**	**667,05**

7 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
234-17, ТК	Котлета рыбная	120	17,76	16,68	14,16	196,80
518-04	Картофель отварной	200	4,00	10,20	31,80	242,00
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
ТК	Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	59,75
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**670**	**27,51**	**28,13**	**110,91**	**716,85**

8 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	140/10	13,94	24,83	2,64	289,66
386-17, ТК	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**605**	**26,14**	**31,28**	**64,79**	**652,86**

9 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
431-04	Печень по-строгановски	75/50	20,05	19,20	2,26	261,18
205-17	Макароны отварные с овощами	200	6,89	7,99	38,03	251,20
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**680**	**32,84**	**28,14**	**93,64**	**779,38**

10 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат из свежих овощей*	100	0,80	0,10	2,50	60,00
347-18	Котлеты "Школьные" с маслом сливочным	110/10	16,17	13,52	12,47	280,42
ТК	Каша рассыпчатая с овощами	200	8,00	1,40	56,00	250,00
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,00	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**685**	**28,77**	**15,87**	**107,22**	**754,62**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		146,17	120,85	467,38	3570,76
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		29,23	24,17	93,48	714,15
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ	6380	292,94	233,82	971,01	7329,20
	СРЕДНЯЯ	638	29,29	23,38	97,10	732,92

Овощи по-сезону* - допускается выдача любых овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном

Фрукты свежие - допускается выдача любых фруктов в соответствии с сезоном**

ЗАВТРАКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (субботы)

11 день завтрак

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
234-17, ТК	Котлета рыбная	120	17,76	16,68	14,16	196,80
518-04	Картофель отварной	200	4,00	10,20	31,80	242,00
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
ТК	Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	59,75
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**780**	**27,51**	**28,13**	**110,91**	**716,85**

12 день завтрак

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по сезону*	100	1,30	0,10	6,90	58,00
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
205-17	Макароны отварные	200	7	8,2	47	294,00
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,00	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	59,75
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,50	0,25	11,25	52,50
	Итого	**660**	**27,65**	**23,45**	**103,65**	**782,92**

	ВСЕГО ЗА 12 ДНЕЙ	**7820**	**348,10**	**285,40**	**1185,57**	**8828,97**
	СРЕДНЯЯ ЗА 12 ДНЕЙ	**651,67**	**29,01**	**23,78**	**98,80**	**735,75**

Овощи по-сезону* - допускается выдача любых овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном

Фрукты свежие - допускается выдача любых фруктов в соответствии с сезоном**