



Утверждено"  
Директор ООО "Анприс"  
И. Н. Приходько  
15 " сентября 2023 года

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АНПРИС"

## **Основное (организованное) меню**

для обучающихся образовательных учреждений

с 1 по 4 классы МО г. Краснодар

возрастная категория: 7 - 11 лет

город Краснодар, 2023



"Согласовано"  
И.О. Директор "ИСТЭК"  
В. С. Симанков  
15 " сентября 2023 года

| Приём пищи | Наименование блюда                                | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |
| неделя 1   | Закрытый бутерброд с джемом клубничным            | 90.       | 3,912            | 4,776  | 49,944   | 270                     | ТТК         |
| день 1     | Каша рисовая молочная с маслом сливочным 72,5 %   | 250       | 6,375            | 13,4   | 54,09    | 281,25                  | 182-2017    |
| завтрак    | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                  | 25        | 1,5              | 0,25   | 11,25    | 52,5                    | ТК          |
|            | Чай с сахаром и лимоном                           | 200\7     | 0,13             | 0,02   | 15,2     | 62                      | 377-2017    |
|            |   | 572       | 11,917           | 18,446 | 130,484  | 665,75                  |             |
| обед       | Огурец свежий порционно                           | 100       | 0,9              | 1,5    | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Борщ с картофелем и капустой с говядиной          | 275       | 11,1             | 12,93  | 12,78    | 201,95                  | 110-2004    |
|            | Тефтели из говядины                               | 90\30     | 15,8             | 18,4   | 15,2     | 216                     | 462-2004    |
|            | Макароньы отварные                                | 180       | 6,552            | 6,948  | 36,552   | 234,85                  | 203-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                          | 35        | 2,45             | 0,7    | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                  | 35        | 2,1              | 0,35   | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Сок, вырабатываемый промышленностью (мультифрукт) | 200       | 1                | 0      | 20,2     | 84,8                    | 389-2017    |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                            | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |   | 1045      | 40,302           | 41,228 | 130,632  | 958,75                  |             |
|            |   |           | 52,219           | 59,674 | 261,116  | 1624,5                  |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                           | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|--|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|
|            |  |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |
| неделя 1   | Огурец свежий порционно                      | 100       | 0,7              | 0,1    | 1,9      | 12                      | 209-2017    |
| день 2     | Омлет с сыром                                | 200       | 23,9             | 39,23  | 3,4      | 463,33                  | ТТК         |
| завтрак    | Хлеб пшеничный Городской                     | 30        | 2,1              | 0,6    | 15       | 71,7                    | ТК          |
|            | Какао с молоком                              | 200       | 4,078            | 3,544  | 17,578   | 118,6                   | 382-2017    |
|            | Фрукты свежие (груша)                        | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |  | 630       | 31,178           | 43,874 | 47,678   | 712,63                  |             |
| обед       | Морковные палочки                            | 100       | 0,9              | 1,5    | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Суп картофельный с фрикадельками из говядины | 275       | 2,44             | 2,93   | 18,05    | 87,8                    | 137-2004    |
|            | Биточек куриный с сыром                      | 100       | 6,45             | 3,45   | 7,95     | 227,5                   | ТТК         |
|            | Каша гречневая рассыпчатая                   | 180       | 10,62            | 11,46  | 47,832   | 263,75                  | 171-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                     | 35        | 2,45             | 0,7    | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский             | 35        | 2,1              | 0,35   | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Компот из фруктов (смородина черная)         | 200       | 0,16             | 0,16   | 27,88    | 114,6                   | 342-2017    |
|            |  | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |  | 1025      | 25,52            | 20,95  | 147,612  | 914,8                   |             |
|            |  |           | 56,698           | 64,824 | 195,29   | 1627,43                 |             |



| Приём пищи | Наименование блюда                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|            |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| неделя 1   | Бутерброд с маслом сливочным 72,5 % и сыром Голландским  | 35\10\30  | 8,525            | 16,52 | 18,91    | 262,13                  | ТТК         |
| день 3     | Каша пшениая молочная с маслом сливочным 72,5 %          | 250       | 9,38             | 14,65 | 46,31    | 231,25                  | 182-2017    |
| завтрак    | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                         | 25        | 1,5              | 0,25  | 11,25    | 52,5                    | ТК          |
|            | Чай с сахаром  | 200       | 0,07             | 0,02  | 15       | 60                      | 376-2017    |
|            | Фрукты свежие (мандарин)                                 | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |  | 650       | 19,875           | 31,84 | 101,27   | 652,88                  |             |
| обед       | Салат из капусты белокочанной                            | 100       | 0,9              | 1,5   | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Суп картофельный с макаронными изделиями и филе куринным | 275       | 8,68             | 4,69  | 20,67    | 162,8                   | 140-2004    |
|            | Жаркое по-домашнему из говядины                          | 250       | 23,14            | 25,84 | 23,675   | 530,43                  | 259-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                                 | 35        | 2,45             | 0,7   | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                         | 35        | 2,1              | 0,35  | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Сок, вырабатываемый промышленностью (яблоко)             | 200       | 1                | 0     | 20,2     | 84,8                    | 389-2017    |
|            |  | 895       | 38,27            | 33,08 | 100,645  | 952,18                  |             |
|            |  |           | 58,145           | 64,92 | 201,915  | 1605,06                 |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |
| неделя 1   | Бутерброд с маслом сливочным 72,5%        | 40\10     | 2,18             | 7,85   | 15,13    | 137,6                   | 01-2017.    |
| день 4     | Запеканка из творога со ступенным молоком | 170\30    | 30               | 26,6   | 27,4     | 353,13                  | 366-2004    |
| завтрак    | Какао с молоком                           | 200       | 4,078            | 3,544  | 17,578   | 118,6                   | 382-2017    |
|            | Фрукты свежие (слива)                     | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |   | 550       | 36,658           | 38,394 | 69,908   | 656,33                  |             |
| обед       | Помидор свежий порционно                  | 100       | 0,9              | 1,5    | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Борщ по Кубански с говядиной              | 275       | 11,1             | 12,93  | 12,78    | 211,95                  | ТТК         |
|            | Вок "Курица с овощами"                    | 250       | 14               | 25,77  | 46,75    | 480,59                  | ТТК         |
|            | Хлеб пшеничный Городской                  | 35        | 2,45             | 0,7    | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский          | 35        | 2,1              | 0,35   | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Компот из фруктов (яблоко)                | 200       | 0,16             | 0,16   | 27,88    | 114,6                   | 342-2017    |
|            |   | 895       | 30,71            | 41,41  | 123,51   | 981,29                  |             |
|            |   |           | 67,368           | 79,804 | 193,418  | 1637,62                 |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |
| неделя 1   | Булгурброд с маслом сливочным и сыром               | 35\10\30  | 8,525            | 16,52  | 18,91    | 262,13                  | ТТК         |
| день 5     | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 72,5% | 250       | 9,78             | 16,04  | 42,84    | 286,88                  | 182-2017    |
| завтрак    | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                    | 25        | 1,5              | 0,25   | 11,25    | 52,5                    | ТК          |
|            | Чай с сахаром                                       | 200       | 0,07             | 0,02   | 15       | 60                      | 376-2017    |
|            |   | 550       | 19,875           | 32,83  | 88       | 661,51                  |             |
| обед       | переп болгарский порционо                           | 100       | 0,9              | 1,5    | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Суп картофельный с горохом и говядиной              | 275       | 15,58            | 7,91   | 22,49    | 213,88                  | 139-2004    |
|            | Медальоны из рыбы (хе) с сыром российским           | 100       | 14,58            | 13,59  | 3,96     | 225,6                   | ТТК         |
|            | Пюре картофельное                                   | 180       | 3,72             | 10,992 | 21,588   | 207,43                  | 128-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                            | 35        | 2,45             | 0,7    | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                    | 35        | 2,1              | 0,35   | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Сок, вырабатываемый промышленностью (персик)        | 200       | 1                | 0      | 20,2     | 84,8                    | 389-2017    |
|            | Фрукты свежие                                       | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |   | 1025      | 40,73            | 35,442 | 114,138  | 952,86                  |             |
|            |   |           | 60,605           | 68,272 | 202,138  | 1614,37                 |             |

Итого неделя

59,01

67,50

210,78

1621,80



| Приём пищи | Наименование блюда                                      | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| неделя 2   | Бутерброд с маслом сливочным 72,5 % и сыром Голландским | 35\10\30  | 8,525            | 16,52 | 18,91    | 262,13                  | ТТК         |
| день 1     | Каша манная молочная с маслом сливочным 72,5 %          | 250       | 7,6375           | 13,4  | 40,475   | 313,75                  | 181-2017    |
| завтрак    | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                        | 25        | 1,5              | 0,25  | 11,25    | 52,5                    | ТК          |
|            | Чай с сахаром   | 200       | 0,07             | 0,02  | 15       | 60                      | 376-2017    |
|            |   | 550       | 17,7325          | 30,19 | 85,635   | 688,38                  |             |
| обед       | Огурец свежий порционно                                 | 100       | 0,9              | 1,5   | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Борщ с картофелем и капустой с говядиной                | 275       | 11,1             | 12,93 | 12,78    | 211,95                  | 110-2004    |
|            | Плов из говядины  | 250       | 27,49            | 28,15 | 43,36    | 431,01                  | 265-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                                | 35        | 2,45             | 0,7   | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                        | 35        | 2,1              | 0,35  | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Компот из фруктов (вишня)                               | 200       | 0,16             | 0,16  | 27,88    | 114,6                   | 342-2017    |
|            |   | 895       | 44,2             | 43,79 | 120,12   | 931,71                  |             |
|            |   |           | 61,9325          | 73,98 | 205,755  | 1620,09                 |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                                      | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| неделя 2   | Помидор свежий порционно                                | 100       | 2,1              | 0,35  | 6,65     | 40,83                   | 12-2017.    |
| день 2     | Омлет натуральный                                       | 200       | 14               | 23,39 | 2,67     | 412                     | 340-2004    |
| завтрак    | Бутерброд с маслом сливочным 72,5%                      | 30\10     | 2,28             | 0,24  | 14,76    | 70,5                    | ТК          |
|            | Чай с сахаром и лимоном                                 | 200\7     | 0,2              | 0     | 15       | 88                      | 685-2004    |
|            | Фрукты свежие (груша)                                   | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 77                      | 338-2017    |
|            |   | 647       | 18,98            | 24,38 | 48,88    | 688,33                  |             |
|            |   | 100       | 0,9              | 1,5   | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
| обед       | Салат из капусты пекинской                              | 100       |                  |       |          |                         |             |
|            | Суп картофельный с макаронными изделиями и филе куриным | 275       | 8,68             | 4,69  | 20,67    | 224,28                  | 140-2004    |
|            | Рагу из филе куриного                                   | 250       | 15               | 14    | 18,19    | 468,75                  | 489-2004    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                                | 35        | 2,45             | 0,7   | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородницкий                        | 35        | 2,1              | 0,35  | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Сок, вырабатываемый промышленностью (вишня)             | 200       | 1                | 0     | 20,2     | 84,8                    | 389-2017    |
|            |   | 895       | 30,13            | 21,24 | 95,16    | 951,98                  |             |
|            |   |           | 49,11            | 45,62 | 144,04   | 1640,31                 |             |



| Приём пищи | Наименование блюда                                      | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |
| неделя 2   | Бутерброд с маслом сливочным 72,5 % и сыром Голландским | 35\10\30  | 8,525            | 16,52  | 18,91    | 262,13                  | ТТК         |
| День 3     | Суп молочный с гречкой                                  | 250       | 7,4              | 8,3    | 23,8     | 200                     | 161-2007    |
| завтрак    | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                        | 25        | 1,5              | 0,25   | 11,25    | 52,5                    | ТК          |
|            | Какао с молоком   | 200       | 4,078            | 3,544  | 17,578   | 118,6                   | 382-2017    |
|            | Фрукты свежие (мандарин)                                | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |   | 650       | 21,903           | 29,014 | 81,338   | 680,23                  |             |
| обед       | Морковные палочки                                       | 100       | 0,9              | 1,5    | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Борщ по Кубански с говядиной                            | 275       | 11,1             | 12,93  | 12,78    | 211,95                  | ТТК         |
|            | Котлета мясная (говядина)                               | 100       | 15,9             | 14,4   | 16       | 261                     | ТТК         |
|            | Макароны отварные                                       | 180       | 6,552            | 6,948  | 36,552   | 234,85                  | 203-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Гродской                                 | 35        | 2,45             | 0,7    | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                        | 35        | 2,1              | 0,35   | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Компот из фруктов (клубника)                            | 200       | 0,16             | 0,16   | 27,88    | 114,6                   | 342-2017    |
|            |   | 925       | 39,162           | 36,988 | 129,312  | 996,55                  |             |
|            |   |           | 61,065           | 66,002 | 210,65   | 1676,78                 |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|            |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| неделя 2   | Бутерброд с маслом сливочным 72,5 %            | 30\10     | 2,18             | 7,85  | 15,13    | 137,6                   | 01-2017,    |
| день 4     | Запеканка из творога со сметаной 20%           | 170\35    | 30               | 26,6  | 27,4     | 458                     | 366-2004    |
| завтрак    | Чай с сахаром и лимоном                        | 200\7     | 0,13             | 0,02  | 15,2     | 62                      | 377-2017    |
|            | Фрукты свежие (слива)                          | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      | 338-2017    |
|            |  | 552       | 32,71            | 34,87 | 67,53    | 704,6                   |             |
| обед       | Помидор свежий порционно                       | 100       | 0,9              | 1,5   | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Суп картофельный с клецками с филе куриным     | 275       | 8,68             | 4,71  | 20,67    | 162,8                   | ТТК         |
|            |  | 250       | 36,65            | 37,53 | 57,82    | 518,52                  | ТТК         |
|            | Гречка по-кубански с говядиной                 | 35        | 2,45             | 0,7   | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб пшеничный Городской                       | 35        | 2,1              | 0,35  | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский               | 35        | 2,1              | 0,35  | 15,75    | 73,5                    | ТК          |
|            | Сок, вырабатываемый промышленностью (апельсин) | 200       | 1                | 0     | 20,2     | 84,8                    | 389-2017    |
|            |  | 895       | 51,78            | 44,79 | 134,79   | 940,27                  |             |
|            |  |           | 84,49            | 79,66 | 202,32   | 1644,87                 |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                                      | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|
|            |   |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |
| неделя 2   | Бутерброд с маслом сливочным 72,5 % и сыром Голландским | 35\10\30  | 8,525            | 16,52  | 18,91    | 262,13                  | ТТК         |
| день 5     | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 72,5 %    | 250       | 9,78             | 16,04  | 42,84    | 231,25                  | 182-2017    |
| завтрак    | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                        | 25        | 1,5              | 0,25   | 11,25    | 52,5                    | ТК          |
|            | Чай с сахаром   | 200       | 0,07             | 0,02   | 15       | 60                      | 376-2017    |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                                  | 100       | 0,4              | 0,4    | 9,8      | 47,00                   | 338-2017    |
|            |   | 650       | 20,275           | 33,23  | 97,8     | 652,88                  |             |
| обед       | Помидор свежий, огурец свежий порц                      | 100       | 0,9              | 1,5    | 2,85     | 17                      | 71-2017     |
|            | Суп картофельный с горохом и филе куриным               | 275       | 15,58            | 7,91   | 22,49    | 213,88                  | 139-2004    |
|            | Птица запеченая(бедро куриное)                          | 100       | 18,7             | 15,3   | 0,6      | 215                     | ТТК         |
|            | Пюре картофельное                                       | 180       | 3,72             | 10,992 | 21,588   | 207,43                  | 128-2017    |
|            | Хлеб пшеничный Городской                                | 35        | 2,45             | 0,7    | 17,5     | 83,65                   | ТК          |
|            | Хлеб ржано-пшеничный Бородинский                        | 35        | 2,1              | 0,35   | 15,75    | 73,50                   | ТК          |
|            | Компот из фруктов (клубника с/м)                        | 200       | 0,16             | 0,16   | 27,88    | 114,60                  | 342-2017    |
|            |   | 925       | 43,61            | 36,912 | 108,658  | 925,06                  |             |
|            |   |           | 63,885           | 70,142 | 206,458  | 1577,94                 |             |

Итого недели 64,10 67,08 193,84 1632,00  
Итого 10 дней 61,55 67,29 202,31 1626,90



Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых среднесуточных наборов пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто, мл, на 1 ребенка в сутки) таблица 2 приложение №7 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

| №  | Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции | Количественные величины в нетто, г |   |                           |                            |                                      |                           |
|----|---|------------------------------------|---|---------------------------|----------------------------|--------------------------------------|---------------------------|
|    |   | 7-11 лет                           |   | 12 лет и старше           |                            |                                      |                           |
|    |   | Норма среднесуточной 100 %         | Норма за 10 дней 75% (завтрак, обед, полдник) | Фактически выдано 10 дней | Норма среднесуточной 100 % | Норма за 10 дней 60% (завтрак, обед) | Фактически выдано 10 дней |
| 1  | Хлеб ржаной   | 80                                 | 600   | 600                       | 120                        | 720                                  | 720                       |
| 2  | Хлеб пшеничный  | 150                                | 1125  | 1125                      | 200                        | 1200                                 | 1200                      |
| 3  | Мука пшеничная  | 15                                 | 112,5   | 113                       | 20                         | 120                                  | 122                       |
| 4  | Крупы, бобовые  | 45                                 | 337,5   | 337,2                     | 50                         | 300                                  | 304,2                     |
| 5  | Макаронные изделия  | 15                                 | 112,5   | 111,8                     | 20                         | 120                                  | 121,8                     |
| 6  | Картофель   | 187                                | 1402,5  | 1404                      | 187                        | 1122                                 | 1124                      |
| 7  | Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая с      | 280                                | 2100  | 2107,34                   | 320                        | 1920                                 | 1926                      |
| 8  | Фрукты свежие   | 185                                | 1387,5  | 1390                      | 185                        | 1110                                 | 1111                      |
| 9  | Сухофрукты  | 15                                 | 112,5   | 111,98                    | 20                         | 120                                  | 119,8                     |
| 10 | Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. и   | 200                                | 1500  | 1500                      | 200                        | 1200                                 | 1200                      |
| 11 | Мясо 1-й категории  | 70                                 | 525   | 528                       | 78                         | 468                                  | 470                       |
| 12 | Птица (выпята-бройлеры потрошенные - 1 кат)                 | 35                                 | 262,5   | 270                       | 53                         | 318                                  | 320                       |
| 13 | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое              | 58                                 | 435   | 438                       | 77                         | 462                                  | 465                       |
| 14 | Молоко  | 300                                | 2250  | 2238                      | 350                        | 2100                                 | 2092                      |
| 15 | Творог (5% - 9% м.д.ж.)                                     | 50                                 | 375   | 375                       | 60                         | 360                                  | 358,74                    |
| 16 | Сыр   | 10                                 | 75  | 79                        | 15                         | 90                                   | 91,2                      |
| 17 | Сметана   | 10                                 | 75  | 75                        | 10                         | 60                                   | 60                        |
| 18 | Масло сливочное   | 30                                 | 225   | 226,7                     | 35                         | 210                                  | 212                       |
| 19 | Масло растительное  | 15                                 | 112,5   | 113                       | 18                         | 108                                  | 110                       |
| 20 | Дейто, шт.  | 1                                  | 7,5   | 7,78                      | 1                          | 6                                    | 6,67                      |

|    |   |     |      |        |     |     |       |
|----|---|-----|------|--------|-----|-----|-------|
| 21 | Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в с | 30  | 225  | 224,68 | 35  | 210 | 207,8 |
| 22 | Кондитерские изделия                                      | 10  | 75   | 75     | 15  | 90  | 90    |
| 23 | Чай   | 1   | 7,5  | 7,5    | 2   | 12  | 12    |
| 24 | Какао-порошок   | 1   | 7,5  | 7,5    | 1,2 | 7,2 | 7,2   |
| 25 | Дрожжи хлебопекарные                                      | 0,2 | 1,5  | 1,5    | 0,3 | 1,8 | 1,8   |
| 26 | Крахмал   | 3   | 22,5 | 22,5   | 4   | 24  | 24    |
| 27 | Соль пищевая поваренная йодированная                      | 3   | 22,5 | 22,5   | 5   | 30  | 30    |
| 28 | Специи  | 2   | 15   | 15     | 2   | 12  | 12    |

## Пояснительная записка

Меню разработано на период двух учебных недель и дифференцировано по возрастным группам (7-11 лет и 12 лет и старше):

Меню сформировано на основе разрешённых и наиболее распространённых традиционных блюд, и кулинарных изделий в организации питания детей школьного возраста;

Меню содержит наименования блюд и кулинарных изделий в соответствии с наименованиями, указанными в сборнике рецептов для общественного питания детей;

Меню содержит полную информацию об энергетической ценности блюд, количественном составе белков, жиров, углеводов, необходимых для нормального роста и развития обучающихся;

Меню предусматривает использование традиционных методов кулинарной обработки - включает блюда, технология которых обеспечивает сохранение вкусовых качеств, пищевой и биологической ценности продуктов;

Обеспечивает проведение дополнительного обогащения рациона питания витаминами и микроэлементами за счёт применения специализированной пищевой продукции промышленного выпуска, в том числе соков промышленного выпуска;

Обеспечивает проведение профилактических состояний у детей школьного возраста за счёт применения в блюдах и кулинарных изделиях использование соли повarenной пищевой йодированной.



## Список литературы

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапиной, изд-во «Хлебпродинформ», 2004. - 639с.
2. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под общей редакцией М.П. Мотильного, Изд-во Дели принт, 2017.-543с.
3. Сборник технологических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под общей редакцией Ф.Л. Марчука, изд-во ТОО «Пчёлка», 1994.- 616с.
4. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов учащихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций – НОВОСИБИРСК - 2020 146с.
5. 4. Скуржихин И.М., Волгарева М.Н. Химический состав пищевых продуктов. Изд. 2-е - М.: Агропромиздат, 1987. Кн. 1: Справочные таблицы содержания основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. - 224с.; Кн. 2: Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, макро- и микроэлементов, органических кислот и углеводов. - 360с.
6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
7. Технологические карты общепита с ограниченной ответственностью «Анприс» муниципального образования город Краснодар на кулинарные изделия (или блюда).
8. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания для обучающихся общеобразовательных организаций», 2020 г.
9. Методические рекомендации МР 2.4.0260-21 «Рекомендации по проведению оценки соответствия меню обязательным требованиям» 2021 г.
10. Методические рекомендации МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения» 2021 г.