

Утверждено:



Директор

ООО «ВИТА-ЛАЙН»

Р.С. Саблук

2020г.

Согласовано:

Директор МБОУСОШ №3

Л.В. Максимейко



« 31 августа 2020г. »

Единое меню

питание для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений Краснодарского края (примерно цикличное меню горячих завтраков и обедов) на летне-осенний период.

Сотисловано
И.О. Исачкина Т.О.
Управление Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека по Курганской области
Адрес: Курган, ул. Мухоморова, 1. Горный Ключ
2902014
Сотисловано Н.М.



Примерное дискуссионное (дискуссионное) меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений Амнронского района (сезон лето-осень)

Меню завтраков	Пищевая ценность ЗАВТРАК	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг										Минеральные вещества, мг									
		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	Цинк	Иод									
День 1 (понедельник)																									
3	Бутерброд с сыром "Толстолок" и мажон сливочным Каши жидкая молочная (рисовая)	40,00 230,00	6,23 6,85	8,41 6,59	19,75 29,33	179,61 204,01	0,05 0,01	0,47 0,02	0,11 0,19	0,62 0,03	0,22 0,00	137,20 21,65	79,00 22,88	10,90 5,09	0,60 0,07	1,32 1,10	0,00 0,00								
382	Каши с молоком Хлеб пшеничный Фрукты свежие (яблоки)	200,00 20,00 120,00	4,07 1,35 0,50	3,50 0,17 0,50	17,50 10,03 12,80	117,78 47,07 57,70	0,05 0,02 0,04	0,18 0,01 0,01	1,57 0,00 5,00	0,24 0,00 0,00	0,00 0,22 0,33	192,20 4,00 25,00	124,50 13,00 18,30	2,34 2,80 14,16	0,47 0,22 0,50	0,50 0,15 0,48	0,00 0,00 0,00								
Итого	Итого по СанПиН	610,00	19,00	19,17	89,41	606,17	0,18	0,69	6,87	0,89	0,77	340,03	257,68	54,29	1,86	3,55	0,00								
День 2 (вторник)																									
Итого	Итого по СанПиН	610,00	19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,80	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,03								
День 3 (среда)																									
Итого	Итого по СанПиН	685,00	27,55	21,74	70,00	585,85	0,40	0,62	24,81	0,36	11,37	327,92	493,81	126,10	10,15	4,89	0,02								
День 4 (четверг)																									
Итого	Итого по СанПиН	685,00	24,52	19,45	99,76	672,17	0,54	0,53	21,06	1,31	4,13	286,47	488,34	218,82	38,40	4,16	0,11								
День 5 (пятница)																									
Итого	Итого по СанПиН	685,00	19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,80	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,03								
296	Салат из овощей (помидоры и огурцы) Котлеты рубленые из кур, замоченные с соусом молочным	80,00 75,00	1,05 9,50	0,19 12,64	3,64 9,73	20,48 190,68	0,06 0,07	0,03 0,14	16,76 0,51	0,00 0,81	0,67 2,30	13,41 78,20	24,90 78,52	19,15 16,16	0,86 28,97	0,14 2,00	0,00 0,10								
302	Каши вязкая (ячневая)	130,00	6,97	3,60	33,49	194,22	0,21	0,12	0,00	0,40	0,51	27,08	213,44	142,49	4,83	1,10	0,00								
*379	Кефирный напиток на молоке Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Соус натуральный (болонный)	200,00 25,00 25,00 150,00	2,90 1,69 1,66 0,75	2,50 0,22 0,30 0,00	14,70 12,54 10,46 15,21	92,90 58,84 51,20 63,86	0,02 0,03 0,13 0,02	0,13 0,01 0,09 0,02	0,60 0,00 0,18 3,01	0,10 0,00 0,00 0,00	0,10 0,28 0,13 0,15	120,30 5,00 31,94 10,54	90,00 16,25 54,69 10,54	14,00 3,50 17,50 6,02	0,13 0,28 1,23 2,11	0,40 0,19 0,30 0,03	0,00 0,00 0,01 0,00								
312	Картофельное пюре	150,00	3,46	5,42	23,05	154,86	0,16	0,12	20,45	0,00	0,05	14,05	4,40	2,40	0,38	0,02	0,00								
377	Чай с лимоном	200,00	0,13	0,02	10,25	41,88	0,00	0,00	2,83	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,02								
*	Хлеб ржаной изобитанный Пирог фруктовый "Пикантный"	25,00 50,00	1,66 3,10	0,30 4,30	10,46 23,80	51,20 146,30	0,13 0,06	0,09 0,05	0,18 1,70	0,00 0,62	0,13 0,61	31,94 26,70	54,69 40,40	17,50 7,30	1,23 0,17	0,30 0,25	0,00 0,00								

Итого		615,00	17,13	18,92	81,90	566,45	0,46	0,37	44,75	1,03	1,65	196,91	312,91	97,67	4,29	2,03	0,11
Итого по СаудПин	День 5 (пятница)		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,00
	Омлет свежее (помидоры)	70,00	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	0,01	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35	0,11	0,00
	Омлет с колбасой или сосисками	150,00	15,77	30,41	2,72	347,64	0,15	0,47	0,21	2,88	7,80	95,44	245,24	20,05	2,78	1,72	0,01
212	Фруктовый чай	200,00	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	0,04	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	3,20	0,12	0,00
	Хлеб пшеничный	40,00	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,01	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40	0,30	0,00
	Хлеб ржаной подорожанный	25,00	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,09	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,00
368	Фрукты свежие (груши)	120,00	0,50	0,50	12,80	57,70	0,04	0,01	5,00	0,00	0,33	25,00	18,30	14,16	0,30	0,48	0,00
Итого		605,00	21,72	32,02	57,76	606,14	0,39	0,62	12,20	2,88	9,15	193,41	387,71	81,66	8,46	3,03	0,00
Итого по СаудПин	День 6 (понедельник)		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,00
	Омлет свежее (стурция)	60,00	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	2,94	0,00	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30	0,10	0,00
269	Колбасы (белочья) особые	70,00	7,15	9,39	7,23	142,07	0,08	0,08	0,13	0,10	0,42	20,58	87,59	16,36	1,19	2,32	0,00
Д 224	Раци на ошощей	160,00	2,69	5,00	13,10	216,30	0,08	0,08	19,06	0,70	0,90	56,60	68,56	24,70	0,91	0,43	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,06	0,02	10,40	35,50	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	12,06	0,02	0,00
	Хлеб ржаной подорожанный	25,00	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,09	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,00
	Хлеб пшеничный	40,00	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,01	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40	0,30	0,00
	Сок натуральный (персиковый)	200,00	1,00	0,00	20,23	84,93	0,02	0,02	4,01	0,00	0,20	14,02	14,02	8,01	2,80	0,04	0,00
Итого		755,00	15,69	15,11	82,63	630,91	0,36	0,29	26,33	0,80	1,23	152,44	271,66	81,97	18,88	3,51	0,00
Итого по СаудПин	День 7 (вторник)		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,00
	Омлет свежее (помидоры)	70,00	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	0,01	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35	0,12	0,00
235	Пшеница рваный натуральный	75,00	7,66	5,30	5,80	101,54	0,03	0,05	2,26	0,17	3,11	43,80	115,90	17,15	1,48	0,99	0,00
310	Картофель отварной	170,00	3,32	4,88	26,00	161,22	0,17	0,10	23,73	0,00	0,23	62,04	90,06	33,11	1,30	0,66	0,00
*	Напиток из сухофруктов	200,00	1,04	0,60	10,20	50,36	0,20	0,40	8,00	0,00	11,90	32,00	29,00	21,00	6,40	0,78	0,00
	Хлеб пшеничный	40,00	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,01	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40	0,30	0,00
	Хлеб ржаной подорожанный	25,00	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,09	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,00
	Сок натуральный (грушевый)	150,00	0,75	0,00	15,21	63,86	0,02	0,02	3,01	0,00	0,15	10,54	10,54	6,02	2,11	0,00	0,00
Итого		730,00	17,62	11,50	89,06	530,18	0,59	0,67	40,59	0,17	15,11	200,15	347,07	110,13	13,36	2,78	0,00
Итого по СаудПин	День 8 (среда)		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,00
	Салат из овощей (белочечный салат с морковью)	80,00	0,56	0,08	1,52	9,02	0,03	0,01	3,91	0,00	0,08	13,57	23,94	11,17	0,40	0,14	0,00
278	Террины из говядины	60,00	4,27	4,77	5,59	82,37	0,02	0,03	0,39	0,18	0,00	15,20	48,20	9,99	0,47	0,56	0,00
330	Сок апельсиновый	50,00	0,70	2,49	2,93	36,93	0,01	0,01	0,02	0,17	0,00	13,65	11,36	2,64	0,10	0,13	0,00
302	Каша вязкая (гречневая)	150,00	7,80	3,60	39,00	219,60	0,18	0,10	0,35	0,44	23,55	185,60	123,90	4,20	1,10	0,00	0,12
342	Фруктовый чай	200,00	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	0,04	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	3,20	0,00	0,00
	Хлеб ржаной подорожанный	25,00	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,09	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,00
	Хлеб пшеничный	40,00	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,01	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40	0,30	0,00
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25,00	1,88	4,50	16,75	115,00	0,03	0,00	0,00	0,20	0,00	7,24	26,87	5,50	0,45	0,00	0,00
Итого		630,00	20,17	16,48	106,71	655,85	0,44	0,29	7,89	0,90	1,47	134,34	399,26	190,90	10,44	3,05	0,00
Итого по СаудПин	День 9 (четверг)		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,00
	Душан на творога (запеченный)	160,00	16,48	13,92	33,48	325,12	0,10	0,26	0,42	0,83	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18	0,99	0,00
222	Молоко густое	15,00	1,13	0,00	8,54	38,70	0,01	0,02	0,15	0,00	0,00	4,67	34,44	5,11	0,03	0,15	0,00
327	Какао с молоком	200,00	4,07	3,50	17,50	117,78	0,05	0,18	1,57	0,24	0,00	152,20	124,50	21,34	0,47	0,50	0,00
397	Хлеб пшеничный	40,00	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,01	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40	0,30	0,00
	Кисломолочный продукт (йогурт 3,2%-ой жирности)	180,00	9,00	5,76	6,30	113,04	0,03	0,26	0,54	0,36	0,00	223,20	165,60	23,20	0,18	0,72	0,00
Итого		595,00	33,38	23,53	85,88	688,78	0,21	0,73	2,68	1,43	0,42	601,79	574,62	87,07	2,26	2,26	0,00
Итого по СаудПин	День 10 (пятница)		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	0,35	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00	2,50	0,00
Омлет свежее (сгущенка)		70,00	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	0,01	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35	0,12	0,00

Согласовано
И.О.начальника ТО
Управления Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека по Краснодарскому краю
Белореченском, Апшеронском районах, г. Горячий
Ключ

Перякина Н.М.
2020 г.



Примерное пикетическое 10-дневное меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Апшеронского района (сезон лето-осень)

Согласовано
Начальник управления образования
администрации муниципального района
образования Апшеронский район
Борисенко Т.А.

Борисенко Т.А.
2020 г.



Меню обедов для обучающихся 1-4 классов (сезон лето-осень)															
Накопительная сырьевая ведомость															
№ реч.	Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшени ч	Мука пшенич н	Крупы бобов	Макарон ные налепки	Картоф ель	Овощи	Фрукт ы свежие	Сухоф рукты	Соки натурал ьные	Мясо	Колбас ы изделия	
День 1 (понедельник)															
88	Шип из свежей капусты с картофелем	250						30	75						
260	Гуляш	80			4			14,40					63,2		
	Каша вязкая (перловая)	150				33									
392	Чай с молоком	200													
	Хлеб пшеничный	60		60											
	Хлеб ржаной поджаренный	20	20							120					
	Фрукты свежие (яблоки)	120													
	Сок натуральный (грушевый)	150									150				
	Итого сырья на одного человека	1030	20	60	4	33	0	30	89,4	120	0	150	63,2	0	
День 2 (вторник)															
	Овощи свежие (огурцы)	60							60						
98	Суп крестьянский с крупой	250				10		20	50						
227	Рыба припущенная	70							5,6						
312	Картофельное пюре	150						128,3							
349	Компот из сухофруктов	200									30				
	Хлеб пшеничный	40		40											
	Хлеб ржаной поджаренный	40	40												
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200													
	Итого сырья на одного человека	1010	40	40	0	10	0	148,3	115,6	0	30	0	0	0	
Комплекс 3															

Итого сырье на одного человека		915	20	60	2,25	48	0	0	0	115	0	22	0	81	0
День 8 (среда)															
	Солони натуральные	60								60					
Д147	Суп с маринованными колбасами	250					20			22				81	
214	Котлеты для быстрого рыбные	80		21											
125	Картофель отварной	140							144,2						
397	Компот из фруктов	200											40		
	Хлеб пшеничный	60		60											
	Хлеб ржаной йодированный	40	40												
	Фрукты свежие (яблоки)	160								160					
	Итого сырье на одного человека	990	40	81	0	0	20	144,2	0	82	200	0	0	0	0
День 9 (четверг)															
Д145	Суп летний овощной	250							54	65					
267	Пшеница натуральная рубленый	75		12										81	
	Каша вязкая (пшеничная)	150						37,5							
	Сок натуральный (яблочно-персиковый)	200		40										200	
	Хлеб пшеничный	40													
	Хлеб ржаной йодированный	20	20												
	Кисломолочный продукт (кефир 2,7%-ной жирности)	180													
	Итого сырье на одного человека	915	20	52	0	37,5	0	54	0	65	0	0	0	200	81
День 10 (пятница)															
87	Борщ с капустой и картофелем	250								90					
250	Сосиска запеченная с сыром	70							20						
205	Макаронные изделия отварные с овощами	125							35	29					55
392	Чай с сахаром	200													
	Хлеб пшеничный	60		60											
	Хлеб ржаной йодированный	20	20												
	Кондитерское изделие (вафли молочные)	35													
	Молоко 2,5%-ной жирности	200													
	Итого сырье на одного человека	960	20	60	0	0	35	20	0	119	0	0	0	0	55
№ реп.	Выполнение норм сырья по СанПиН	Выход, г, мг	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крутиц бобов	Макарони ные изделия	Картоф сль	Овощи	Фрукт ы свежие	Сухоф рукты	Соки натурал ьные	Мясо	Колбас ые изделия	
Итого (фактически выдано в качестве обедов продуктов в нетто на одного человека, г.)			280	520,6	50,68	156,9	55	673,1	1020,75	620	52	700	250	55	
Итого (норм. за 10 дней на одного человека по СанПиН)			280	525	52,5	157,5	52,5	658	980	647,5	52,5	700	245	52,5	
Отклонение (+/- 5%)			0,00	-0,84	-3,47	-0,38	4,76	2,29	4,16	-4,25	-0,95	0,00	2,04	4,76	

Пшеница	Рыба	Молоко	Кисломоло- лочные продукты	Творог	Сыр	Сметана	Масло слив	Масло раститель- ное	Яйца	Сахар	Кондит- ерские изделия	Чай	Какао- порошок	Кофеин- ный напиток	Дрожжи	Соль поварен- ная
0	0	50	0	0	0	0	10	3,6	0	10	0	0,5	0	0	0	0
		50					5	3,6		10		0,5				
	91	22,5					7	5		10						
							5,3									
		200														
	91	222,5	0	0	0	0	12,3	5	0	10	0	0	0	0	0	0

Наименование продуктов	Итого за сутки, нетто	на 1 день		на 10 дней	
		Завтрак	Обед 35%	Завтрак 2.	Обед 35%
Хлеб ржаной	80	20	28	200	280
Хлеб пшеничный	150	37,5	52,5	375	525
Мука пшеничная	15	3,75	5,25	37,5	52,5
Крупы, бобовые	45	11,25	15,75	112,5	157,5
Макаронные изделия	15	3,75	5,25	37,5	52,5
Картофель	188	47	65,8	470	658
Овощи свежие, зелень	280	70	98	700	980
Фрукты (плоды) свежие	185	46,25	64,75	462,5	647,5
Сухофрукты, в т.ч. шиповник	15	3,75	5,25	37,5	52,5
Соки плодовошальные, напитки	200	50	70	500	700
Мясо жилованное I-й категории	70	17,5	24,5	175	245
Субпродукты (печень, язык, сердце) Колбасные	15	3,75	5,25	37,5	52,5
Цыплита I категории потрошеные (куры I кат.)	35	8,75	12,25	87,5	122,5
Рыба-филе	58	14,5	20,3	145	203
Молоко (2,5%, 3,5%)	300	75	105	750	1050
Кисломолочная пищевая продукция	150	37,5	52,5	375	525
Творог (м.д. жира не более 9%)	50	12,5	17,5	125	175
Сыр	9,8	2,45	3,43	24,5	34,3
Метана (массовая доля жира не более 15%)	10	2,5	3,5	25	35
Масло сливочное	30	7,5	10,5	75	105
Масло растительное	15	3,75	5,25	37,5	52,5
Яйцо, I шт.	40	10	14	100	140
Сахар <***>	40	10	14	100	140
Кондитерские изделия	10	2,5	3,5	25	35
Чай	0,4	0,1	0,14	1	1,4
Какао-порошок	1,2	0,3	0,42	3	4,2
Кофейный напиток	2	0,5	0,7	5	7
Дрожжи хлебопекарные	1	0,25	0,35	2,5	3,5
Соль пищевая поваренная йодированная	3	0,75	1,05	7,5	10,5
Специи	2	0,5	0,7	5	7