



**«РАЗРАБОТАНО»**

Муниципальное унитарное предприятие  
«Комбинат школьного питания №1»  
Муниципальное образование город Краснодар



А.Н. Худобин

**«СОГЛАСОВАНО»**

Директор общеобразовательной  
организации



# Основное (организованное) меню

для структурных подразделений МУП «КШП №1»  
муниципального образования город Краснодар  
для учащихся общеобразовательных учреждений  
с 1 по 4 класс



Краснодар  
2021

# СОДЕРЖАНИЕ:

## *Введение*

- 1. Горячие завтраки для детей с 1 по 4 класс*
- 2. Горячие обеды для детей с 1 по 4 класс*
- 3. Полдники для детей ОВЗ с 1 по 4 класс*

## *Приложение А*

## *Приложение Б*

## *Приложение В*

## *Список использованной литературы*



# ВВЕДЕНИЕ:



Сборник «Цикличное меню» (далее по тексту Сборник) предназначен для структурных подразделений муниципального унитарного предприятия «Комбинат школьного питания №1» муниципального образования город Краснодар обеспечивающих питание школьников.

Сборник разработан специалистами муниципального унитарного предприятия «Комбинат школьного питания №1» муниципального образования город Краснодар и является техническим документом при организации питания учащихся образовательных организаций.

Сборник составлен на основе наиболее распространённых традиционных блюд и кулинарных изделий в организации питания школьников 1-4 классов.

Данное пособие подготовлено на основании рекомендаций **СанПиН 2.3/2.4.3590-20** «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Сборник содержит информацию о количественном составе, энергетической и пищевой ценности блюд.

Введен с 1 сентября 2021 года.

## *Горячие завтраки для детей с 1 по 4 класс*



Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по- сезону	70	0,77	0,14	2,66	15,40
244-17, ТК	Плов из говядины или птицы	50/100	15,30	14,33	24,38	297,00
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>20,67</b>	<b>15,67</b>	<b>79,02</b>	<b>549,42</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по- сезону	70	0,77	0,14	2,66	15,4
234-17	Биточек рыбный	100	12,2	7,76	14,68	178
312-17	Пюре картофельное	150	3,07	4,8	20,44	137,3
ТК	Кисель из сушеных фруктов	200	0,72	0	13,2	57,2
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	<b>ИТОГО</b>	<b>570</b>	<b>20,06</b>	<b>13,50</b>	<b>74,98</b>	<b>501,60</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
222-17	Пудинг из творога, запеченный со сметаной	165/10	25,53	19,29	39,99	439,70
386-17, 386-17, ТК	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>505</b>	<b>34,45</b>	<b>24,99</b>	<b>80,99</b>	<b>690,40</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по- сезону	60	0,42	0,06	1,14	7,20
451-04	Котлета говяжья	100	15,90	14,40	16,00	261,00
540-04	Рагу овощное 2 вариант	150	3,45	7,65	16,05	145,50
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	90,00
ТК	Кондитерское изделие	25	1,50	1,50	18,00	100,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>27,73</b>	<b>27,11</b>	<b>91,14</b>	<b>717,40</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по- сезону	70	0,77	0,14	2,66	15,40
ТК, 326-17	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	75/15	14,41	6,31	11,11	164,07
310-17	Картофель отварной	150	2,56	4,32	23,01	142,35
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>21,11</b>	<b>11,59</b>	<b>80,78</b>	<b>495,52</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	140/10	14,21	23,03	2,65	274,68
386-17, 386-17, ТК	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>23,58</b>	<b>32,33</b>	<b>45,06</b>	<b>565,34</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,79	1,95	3,88	36,24
234-17	Котлета рыбная	100	12,20	7,76	14,68	178,00
312-17	Пюре картофельное	150	3,07	4,80	20,44	137,30
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>557</b>	<b>19,49</b>	<b>15,33</b>	<b>78,20</b>	<b>527,24</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
431-04	Печень по-строгановски	55/35	13,60	13,60	3,90	195,00
204-17	Макароны отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,80
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	20	1,40	0,40	10,00	47,80
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>28,31</b>	<b>26,66</b>	<b>78,74</b>	<b>672,12</b>



Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по- сезону	65	0,72	0,13	2,47	14,30
210-03	Рагу из филе птицы	50/100	13,40	7,36	15,30	169,70
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	109,59
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>545</b>	<b>21,49</b>	<b>11,88</b>	<b>67,39</b>	<b>454,29</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	261,00
508-04	Каша рассыпчатая	150	7,95	10,80	38,25	268,50
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	20	1,40	0,40	10,00	47,80
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>27,80</b>	<b>29,40</b>	<b>92,84</b>	<b>735,58</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>244,69</b>	<b>208,46</b>	<b>769,14</b>	<b>5908,91</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>24,47</b>	<b>20,85</b>	<b>76,91</b>	<b>590,89</b>

# *Горячие обеды для детей с 1 по 4 класс*



Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,60
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	261,00
508-04	Каша рассыпчатая	160	8,48	11,52	40,80	286,40
685-04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00	58,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>800</b>	<b>35,29</b>	<b>35,30</b>	<b>129,55</b>	<b>961,46</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
98-11	Суп крестьянский с крупой	200	2,08	4,24	11,44	92,80
ТК	Рыба запеченная с маслом	95/5	15,43	17,98	4,25	236,30
312-11	Пюре картофельное	150	3,07	4,80	20,44	137,30
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>26,33</b>	<b>32,02</b>	<b>94,52</b>	<b>767,28</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
15-2017	Сыр порционно	30	7,82	7,83	0,00	101,00
111-11	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	93,60
ТК	Запеканка творожная с курагой со сметаной	140/10	7,02	6,40	94,52	674,54
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	90,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>760</b>	<b>25,60</b>	<b>22,69</b>	<b>169,17</b>	<b>1188,64</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
108-11	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,40
340-04	Омлет натуральный с маслом сливочным	160/5	16,19	21,65	2,94	271,49
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>775</b>	<b>25,39</b>	<b>30,42</b>	<b>80,66</b>	<b>708,77</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,20
ТК	Нагетсы из филе птицы	90	6,57	6,84	28,64	480,60
540-04	Рагу овощное 2 вариант	150	3,45	7,65	16,05	145,50
ТК	Кисель из сушеных фруктов	200	0,72	0,00	13,20	57,20
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>820</b>	<b>18,20</b>	<b>19,71</b>	<b>116,11</b>	<b>992,00</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80
244-11	Плов из говядины	75/150	22,95	21,50	36,57	445,50
685-04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00	58,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>870</b>	<b>30,30</b>	<b>30,86</b>	<b>100,94</b>	<b>836,76</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
15-2017	Сыр порционно	30	7,82	7,83	0,00	101,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	25/200	10,80	6,20	0,60	104,00
223-11	Запеканка из творога со сметаной	140/10	24,97	18,41	23,88	365,00
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	109,59
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>785</b>	<b>52,96</b>	<b>37,33</b>	<b>88,60</b>	<b>909,09</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
144-04	Суп из овощей с фасолью	200	3,12	3,68	11,68	92,80
431-04	Печень по-строгановски	75/35	16,62	16,62	4,77	238,33
204-17	Макароны отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,80
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	20	1,00	8,50	15,00	112,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>790</b>	<b>36,84</b>	<b>45,44</b>	<b>110,12</b>	<b>968,81</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону	70	0,77	0,14	2,66	15,40
109-04	Борщ	200	1,36	0,32	0,08	74,40
210-03	Рагу из филе птицы	50/100	13,40	7,36	15,30	169,70
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	0,13	0,02	15,20	62,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>21,36</b>	<b>9,54</b>	<b>81,54</b>	<b>551,00</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Салат по-сезону	60	0,45	3,60	1,41	39,96
130-04	Рассольник	200	1,68	3,60	10,88	83,20
234-17	Котлета рыбная	100	12,20	7,76	14,68	178,00
312-11	Пюре картофельное	150	3,07	4,80	20,44	137,30
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	15	0,98	4,20	9,30	106,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>802</b>	<b>23,28</b>	<b>24,96</b>	<b>103,89</b>	<b>758,38</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>295,56</b>	<b>288,27</b>	<b>1075,10</b>	<b>8642,19</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>29,56</b>	<b>28,83</b>	<b>107,51</b>	<b>864,22</b>

## *Полдники для детей ОВЗ с 1 по 4 класс*





Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Булочка сырная	100	11,90	16,40	41,60	366,00
342-17	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,81	114,60
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>12,06</b>	<b>16,56</b>	<b>69,41</b>	<b>480,60</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>310</b>	<b>12,06</b>	<b>10,43</b>	<b>53,17</b>	<b>334,00</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,30
386-17, ТК	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	100,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>300</b>	<b>18,10</b>	<b>12,31</b>	<b>46,90</b>	<b>369,30</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
742-04	Кулебяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>7,43</b>	<b>6,23</b>	<b>61,23</b>	<b>334,66</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
743-04	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	280,00
350-17	Кисель из плодов свежих	200	0,13	24,50	0,04	117,00
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>15,70</b>	<b>35,22</b>	<b>30,01</b>	<b>397,00</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	222,00
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	90,00
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>7,54</b>	<b>10,00</b>	<b>50,95</b>	<b>312,00</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
406-17	Пирожок печеный с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240,00
385-17, ТК	Молоко или коктейль молочный	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>11,83</b>	<b>12,60</b>	<b>46,50</b>	<b>347,00</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274,00
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>310</b>	<b>12,46</b>	<b>10,83</b>	<b>62,97</b>	<b>381,00</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>16,87</b>	<b>11,12</b>	<b>57,95</b>	<b>403,32</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
440-17	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	290,00
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	109,59
ТК	Кондитерское изделие	15	0,98	4,20	9,30	106,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>17,73</b>	<b>13,45</b>	<b>63,80</b>	<b>505,59</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>131,78</b>	<b>138,75</b>	<b>542,89</b>	<b>3864,47</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>13,18</b>	<b>13,88</b>	<b>54,29</b>	<b>386,45</b>

# Приложение



Фактический рацион питания должен соответствовать утверждённому примерному меню. В исключительных случаях допускается замена одних продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности, и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов, что должно подтверждаться необходимыми расчётами (СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Таблица замены продуктов с учётом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции-заменитель	Масса, г
1	2	3	4
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5 %	100
		Молоко сгущённое (цельное и с сахаром)	40
		Сгущённо-варёное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное (1 шт.)	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	7

## Продолжение таблицы

1	2	3	4	5	6
		Сыр			20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)			87
		Творог с массовой долей жира 9%			105
		Капуста белокочанная			111
Картофель	100	Капуста цветная			80
		Морковь			154
		Свёкла			118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные			33
		Горошек зелёный			40
		Горошек зелёный консервированный			64
		Кабачки			300
		Фрукты консервированные			200
Фрукты свежие	100	Соки фруктовые			133
		Соки фруктово-ягодные			133
		Сухофрукты:			
		Яблоки			12
		Чернослив			17
		Курага			8
		Изюм			22

## Таблица расхода соли при приготовлении блюд и изделий

№ п/п	Наименование блюда	Соль, г
1	2	3
1	Холодные блюда (на 1 порцию)	2-3
2	Супы (на 1000 г)	6-10
3	Блюда из овощей (варка) на 1 литр воды	10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	
	Гречневая каша:	
	▪ Рассыпчатая из ядрицы	21
	▪ Вязкая	40
	Пшённая каша:	
	▪ Рассыпчатая	25
	▪ Вязкая	40
	Рисовая каша:	
	▪ Рассыпчатая	28
	▪ Вязкая	45
	Перловая каша:	
	▪ Рассыпчатая	30
	▪ вязкая	45
	Овсяная каша вязкая	40
	Манная каша вязкая	45
	Кукурузная каша:	
	▪ Рассыпчатая	30
	▪ Вязкая	35
5	Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3-4
6	Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30
7	Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25
8	Блюда из творога (на 1 кг)	10
9	Блюда из рыбы (на 1 порцию)	3
10	Блюда из мяса (на 1 порцию)	4
11	Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3-5



Приложение В

Таблица расхода сырья на осенне-зимний период года

Наименование сырья	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе брутто	Масса сырья нетто, г
1	2	3	4
<b>Картофель свежий продовольственный</b>			
Сырой очищенный:			
▪ С 1 сентября по 31 октября	133	25	100
▪ С 1 ноября по 31 декабря	143	30	100
▪ С 1 января по 28-29 февраля	154	35	100
<b>Морковь столовая свежая</b>			
Молодая пучковая сырая очищенная	200	50	100
Сырая очищенная:			
▪ До 1 января	125	20	100
▪ С 1 января	133	25	100
<b>Свекла столовая свежая</b>			
Сырая очищенная:			
▪ До 1 января	125	20	100
▪ С 1 января	133	25	100

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной, изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639с.
2. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под общей редакцией М.П. Могильного, Изд-во Дели принт, 2017.- 544с.
3. Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садом, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений / Под редакцией профессора Перевалова А. Я.
4. Сборник технологических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под общей редакцией Ф.Л. Марчука, изд-во ТОО «Пчёлка», 1994.- 616с.
5. Скурихин 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 муниципального унитарного предприятия «КШП №1» муниципального образования город Краснодар на кулинарные изделия (или блюда).