СОГЛАСОВАНО:

Общеобразовательное учреждение

МБОУ СОШ №37

_____

РАЗРАБОТАНО:

Общество с ограниченной ответственностью

Комбинат школьного питания «Русь»

_____ Г. Ю. Качура

01 СЕН 2021

Цикличное меню

горячих обедов учащихся

с 7 до 11 лет

на осенне-зимний период

для столовых

г. Краснодар

I неделя

Комплекс №1 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	50	0,50	0,10	1,80	12	0,02	12,50	0,00	0,00	7,00	13,00	10,00	0,44
	Суп рисовый с томатом и зеленью	200	6,58	5,88	13,12	131,3	0,04	2,44	0,03	0,02	11,8	115,8	20	0,79
394	Жаркое по-домашнему с говядиной бескостной	50/125	18,18	6,34	17,95	205	0,20	0,24	0,02	22,56	23,85	252,48	45,07	2,78
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82
	Кисло-молочная продукция в пром/упаковке	1 шт.	5,80	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00	0,02	240,00	190,00	28,00	0,20
	Фрукты свежие по сезону	150	0,60	0,00	14,70	57,00	0,04	24,00	0,04	0,00	24,00	16,50	13,50	0,90
	Итого:		**41,12**	**21,12**	**119,80**	**816,98**	**0,61**	**43,22**	**40,09**	**22,63**	**344,77**	**679,72**	**165,70**	**8,40**

Комплекс №2 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	50	0,50	0,10	1,80	12	0,02	12,50	0,00	0,00	7,00	13,00	10,00	0,44
	Суп картофельный с макаронными изделиями с говядиной	20/200	7,14	5,25	15,52	140,00	0,08	1,89	0,02	0,01	16,94	85,70	20,24	3,08
460	Котлета из мяса птицы (тушка ЦБ бескостная)	90	22,50	12,89	14,78	266,4	0,10	0,00	0,09	0,03	7,68	57,50	8,28	0,60
149	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	244,5	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80
	Соус «Школьный»	50	0,41	0,86	3,11	21,85	0,01	0,97	0,05	0,00	3,38	6,86	3,51	0,12
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТТК	Кисель плодово-ягодный пром/производства «Фитодар»	180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09
451	Запеканка творожная (творог 9%) со сгущенным молоком 8,5%	60/10	9,62	7,39	16,12	169,5	0,04	0,38	0,04	0,01	127,09	144,25	17,56	0,36
	Кондитерское изделие в пром/упаковке	1 шт.	3,10	2,10	12,30	132	0,01	0,03	0,11	0,24	41,30	124,40	15,30	0,04
	Итого:		**61,43**	**33,35**	**213,63**	**1569,48**	**1570,20**	**1587,95**	**1588,26**	**1588,57**	**1878,86**	**2611,01**	**2789,96**	**2801,96**

Комплекс №3 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
110	Борщ со свежей капустой	200	16,50	4,22	10,41	86,40	0,03	16,37	0,01	0,01	34,31	44,40	17,86	0,96
366	Рыба запеченная в томате с овощами	75/50	12,86	6,74	6,13	136,25	0,11	5,89	0,00	0,07	38,88	183,59	35,66	0,86
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,30	1,20	21,45	156	0,14	5,40	0,00	0,00	42,00	82,50	30,00	1,05
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Сок фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Выпечное изделие	50	4,88	5,27	39,36	223	0,08	3,84	0,01	0,00	16,87	55,30	9,80	1,20
	Итого:		**48,43**	**20,21**	**154,21**	**958,05**	**0,66**	**50,50**	**0,02**	**0,11**	**185,26**	**479,63**	**158,68**	**9,67**

Комплекс №4 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
139	Суп картофельный с горохом	200	4,37	3,79	15,79	116,80	0,15	12,20	0,01	0,01	35,07	87,53	32,24	1,62
431	Печень по-строгановски	70/50	16,99	12,96	4,67	204	0,28	31,34	7,34	0,08	109,9	301,37	21,72	6,42
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	212	0.12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Компот из ягод свежезамороженных	180	0,28	0,07	21,78	88,92	0,01	2,58	0,00	0,00	20,82	10,80	9,36	0,23
	Фрукты свежие по сезону	120	0,5	0	11,7	45	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7
	Итого:		**27,71**	**25,10**	**141,00**	**921,12**	**0,76**	**81,12**	**7,43**	**0,12**	**265,59**	**572,60**	**155,48**	**13,36**

Комплекс №5 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
120	Щи из свежей капусты	200	1,58	4,26	7,46	75,20	0,05	20,80	0,02	0,01	30,40	40,70	15,60	0,51
493	Плов с мясом говядины (заднетазовой б/к)	50/150	25,30	9,57	41,07	356	0,16	0,25	0,04	2,75	28,96	314,50	62,13	3,03
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Сок фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Блинчик с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	47/5	3,45	6,40	14,06	127,6	0,04	0,50	0,04	0,24	27,75	38,21	6,06	0,29
	Итого:		**41,22**	**23,01**	**139,45**	**915,20**	**0,55**	**40,55**	**0,10**	**3,03**	**140,31**	**507,25**	**149,15**	**9,43**

Комплекс №6 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
	Суп с клецками	200	2,36	5,73	15,48	120,00	0,07	15,55	0,04	0,04	46,00	65,01	25,02	1,09
ТТК	Филе птицы по-краснодарски	50/30	31,50	17,76	15,93	153	0,04	3,22	0,05	0,03	30,64	127,20	51,30	0,98
149	Каша кукурузная с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	6,80	5,60	35,40	200	0,20	0,00	20,00	2,70	17,80	138,00	48,80	1,60
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Компот из ягод свежезамороженных	180	0,28	0,07	21,78	88,92	0,01	2,58	0,00	0,00	20,82	10,80	9,36	0,23
	Итого:		**50,81**	**31,64**	**141,25**	**816,32**	**0,60**	**36,35**	**20,09**	**2,80**	**154,46**	**439,85**	**190,84**	**6,90**

II неделя

Комплекс №1 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
	Суп-лапша с зеленью	200	1,9	3,48	12,64	90,4	0,03	1,51	0,01	0,01	11,06	24,56	6,78	0,41
ТТК	Фрикаделька из мяса птицы в сметанном соусе	80/30	36,4	22,58	30,1	226	0,06	0,15	0,03	3,9	15	120,15	50,1	1,34
470	Картофель отварной с маслом сливочным 72,5% ГОСТ, зеленью	150	2,01	3,28	16,32	106	0,12	0,07	0,02	20	69,49	28,82	58,66	1,05
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Сок фруктовый пром/производства	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,00	9,80	38,00	0,03	16,00	0,03	0,00	16,00	11,00	9,00	0,60
	Итого:		**51,58**	**32,02**	**141,72**	**806,80**	**0,54**	**36,73**	**0,09**	**23,94**	**164,75**	**297,37**	**188,90**	**9,20**

Комплекс №2 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
110	Борщ со свежей капустой	200	16,50	4,22	10,41	86,40	0,03	16,37	0,01	0,01	34,31	44,40	17,86	0,96
	Рыба припущенная с овощами	75/30	6,70	0,35	2,54	95	0,03	1,12	3,00	0,00	11,10	65,00	6,80	0,37
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,30	1,20	21,45	156	0,14	5,40	0,00	0,00	42,00	82,50	30,00	1,05
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Компот из ягод свежезамороженных	180	0,28	0,07	21,78	88,92	0,01	2,58	0,00	0,00	20,82	10,80	9,36	0,23
	Выпечное изделие	60	4,88	5,58	26,64	176	0,06	0,14	0,02	0,03	34,21	63,38	9,83	0,61
	Итого:		**41,53**	**13,90**	**135,48**	**856,72**	**0,55**	**40,61**	**3,03**	**0,07**	**181,64**	**364,92**	**130,21**	**6,22**

Комплекс №3 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
139	Суп картофельный с горохом	200	4,37	3,79	15,79	116,80	0,15	12,20	0,01	0,01	35,07	87,53	32,24	1,62
460	Биточек из мяса птицы (тушка ЦБ бескостная)	90	22,50	12,89	14,78	266,4	0,10	0,00	0,09	0,03	7,68	57,50	8,28	0,60
	Омлет с зеленым горошком	105/20	6,52	8,07	8,41	132	0,46	0,70	122,00	0,08	63,10	121,60	15,10	1,30
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТТК	Кисель плодово-ягодный пром/производства «Фитодар»	180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09
	Фрукты свежие по сезону	120	0,5	0	11,7	45	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7
	Итого:		**43,85**	**27,23**	**123,86**	**944,20**	**1,03**	**49,88**	**122,15**	**0,15**	**173,15**	**386,67**	**125,68**	**7,31**

Комплекс №4 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
	Суп картофельный с фасолью	200	4,42	3,80	15,52	116,00	0,15	9,90	0,01	0,01	36,91	111,26	30,34	1,45
433	Говядина (заднетазовая бескостная) тушеная с овощами	50/25	9,78	7,92	6,64	137,7	0,06	2,23	12,07	0,02	19,21	90,71	21,57	0,86
149	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	244,5	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Сок фруктовый пром/производства	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Кондитерское изделие в пром/упаковке	1 шт.	3,10	2,10	12,30	132,00	0,01	0,03	0,11	0,24	41,30	124,40	15,30	0,04
	Итого:		**37,02**	**18,90**	**153,07**	**976,60**	**0,73**	**31,16**	**12,19**	**0,30**	**198,62**	**649,21**	**188,57**	**12,95**

Комплекс №5 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
120	Щи со свежей капустой, зеленью с говядиной	25/200	2,6	5,31	8,4	93	0,07	25,8	0,02	0,03	46,17	41,18	18,3	0,78
ТТК	Птица запеченная (бедро ЦБ)	80	28,07	4,48	2,24	115,2	0,11	2,47	0,12	0,00	32,87	103,43	40,32	0,71
149	Каша пшенная с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	4,20	5,10	25,20	163,5	0,12	0,00	0,00	0,00	21,00	84,00	31,50	1,05
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82
451	Запеканка творожная (творог 9%) со сгущенным молоком 8,5%	60/10	9,62	7,39	16,12	169,5	0,04	0,38	0,04	0,01	127,09	144,25	17,56	0,36
	Кисло-молочная продукция в пром/упаковке	1 шт.	5,80	6,40	8,00	118	0,06	1,40	40,00	0,02	240,00	190,00	28,00	0,20
	Итого:		**60,40**	**31,20**	**126,47**	**967,28**	**0,67**	**47,69**	**40,18**	**0,09**	**513,65**	**670,40**	**196,81**	**6,92**

Комплекс №6 *Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена*

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
	Овощи по сезону (свежие или квашенные)	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,53
	Суп с фрикадельками с зеленью	17/200	6,67	6,99	18,45	167	0,14	22,35	0,03	0,02	23,77	113,39	34,67	1,42
	Шницель из мяса	90	17,21	28,25	9,85	280,1	0,08	0,00	0,05	0,01	24,36	166,28	29,74	1,60
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	212	0.12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39
ТК	Хлеб пшеничный йодированный	2/26	7,54	2,08	37,50	181,20	0,20	0,00	0,00	0,00	21,00	39,00	31,20	1,38
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
	Сок фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Выпечное изделие	100	6,70	19,70	43,80	368,00	0,09	0,32	0,15	0,04	36,19	77,30	14,10	1,15
	Итого:		**47,17**	**63,52**	**183,36**	**1383,50**	**0,61**	**41,67**	**0,26**	**0,10**	**178,12**	**530,87**	**168,67**	**11,16**

Генеральный директор Качура Г.Ю.

Технолог Каде С.М.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Пирамида здорового питания

Приложение 1

Таблица

выполнения норм питания детей в соответствии
СанПин 2.3/2.4.3590-20
35% от нормы питания — горячие обеды

Наименование продуктов	Нормы на одного ребенка в день (граммов)	Фактическое выполнение (граммов)
1	2	3
Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	28	28
Хлеб пшеничный	52,5	52
Мука пшеничная	5,25	5,5
Крупы, бобовые	15,75	16,5
Макаронные изделия	5,25	5,3
Картофель	65,45	65,5
Овощи свежие, зелень	98	99
Фрукты (плоды) свежие	64,75	70
Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат.	24,5	24,5
Цыплята 1 категории (куры 1 категории п/п)	12,25	14,3
Рыба-филе	20,3	21
Творог (массовая доля жира не более 9%)	17,5	17,5
Сыр	3,5	3,5
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	3,5	3,5
Масло сливочное	10,5	10,5
Масло растительное	5,25	5,3
Яйцо диетическое	14	14
Сахар	10,5	11
Чай	0,35	0,35
Какао	0,35	0,35
Дрожжи пекарные	0,07	0,08
Соль	1,05	1,25

Приложение 2

Таблица

расхода соли при приготовлении блюд и изделий

№ п/п	Наименование блюд	Соль, г
1	Холодные блюда (на 1 порцию)	2-3
2	Супы (на 1000 г)	6-10
3	Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	
	Гречневая каша:	
	• Рассыпчатая из ядрицы	21
	• Вязкая	40
	Пшенная 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

ЙОДИРОВАННАЯ СОЛЬ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ В ЗАПРАВКЕ САЛАТОВ, ОВОЩНЫХ БЛЮДАХ, ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ВСЕХ БЛЮД

КОМБИНАТ ПОЛУЧАЕТ ЙОДИРОВАННЫЙ ХЛЕБ, КОТОРЫЙ ПОСТАВЛЯЕТ ООО ТД «КАРАВАЙ КУБАНИ»

КУРИНОЕ ЯЙЦО ПОСТУПАЕТ НА КОМБИНАТ ЙОДИРОВАННОЕ

Список используемой литературы:

1. «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под общей редакцией В. Т. Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.

2. «Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции», Москва, 2003г.

3. «Сборник рецептуры блюд для питания учащихся общеобразовательных учреждений города Москвы», Москва, 2003 г.

4. «Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания», Справочник-М.: Дели-принт, 2008 г., Скурихин И. М., Гутельян В. А.

5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

6. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций», утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой.

Ответственный исполнитель:

Инженер-технолог

ООО Комбинат школьного питания «Русь» С. М. Каде

Контактные телефоны:

237-49-02 8-918-256-14-12