"Утверждено"
Директор ООО "Анприс"
_____ Г. Н. Приходько
"____" _____ 2022 год

"Согласовано"
Директор МАОУ СОШ №10
_____ Л.П. Швачко
"____" _____ 2022 год

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АНПРИС"

Основное (организованное) меню полдников

детей с ограниченными возможностями здоровья,

инвалидов и детей-инвалидов,

детей сотрудников правоохранительных органов и военнослужащих, погибших при исполнении служебных обязанностей

с 5 по 11 классы МО г. Краснодар

возрастная категория: 12 лет и старше

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии 10 - 15 %

город Краснодар, 2022

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1	Лапшевник створогом с мслом сливочным	205	17,77	17,28	40,27	388	208-17
день 1	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,5	7,2	90	698-04
полдник							
		385	17,99	16,78	47,47	438	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1	Бутерброд с куриным биточком с огурцом свежим	115/30	10,48	5,94	27,15	204	9-17.
день 2	Чай с лимоном	200/7	0,142	0,028	10,24	42,72	ТТК
полдник							
Итого:		372	10,622	5,968	37,39	246,72	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1	Плов с фруктами	200	5,52	13,58	32,4	378	195-17
день 3	Какао с молоком	180	3,303	2,25	11,16	96,03	693-04
полдник	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/15.	1,1	9	6,8	115	
Итого:		380	9,923	20,83	50,36	524,03	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1	Овощи натуральные	100	1,1	0,2	3,8	22	71-17
день 4	Запеканка картофельная с рыбным филе	200	14,8	10,4	17	222	ТТК
полдник	Хлеб бородинский	30	1,68	0,36	14,82	69,6	
	Чай с сахаром	180	0,063	0,018	9	36	ТТК
Итого:		510	14,643	10,978	44,62	349,6	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 1	Котлета мясная запечёная в тесте	150	17,99	15,62	49,76	411	420-17
день 5	Кондитерское изделие	15	1,125	1,47	11,16	62,55	
полдник	Сок, вырабатываемый промышленностью	200	1	0	20,2	84,8	707-04
Итого:		365	14,115	14,09	81,12	438,35	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2	Кулебяка с капустой	100	5,03	5,83	16,23	202,86	1103-83
день 1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
полдник	Кофейный напиток с молоком	180	2,844	2,25	9,99	81,72	379-17
Итого:		380	3,244	8,48	36,02	331,58	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2	Овощи натуральные	100	0,7	0,1	1,9	12	71-17
день 2	Запеканка картофельная с субпродуктами	200	13,72	16,51	19,8	314,67	284-17
полдник	Хлеб бородинский	30	1,68	0,36	14,82	69,6	
	Чай с лимоном	180/7	0,1	0,0	9,2	38,4	
Итого:		517	16,2	17,0	45,7	434,7	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2	Ватрушка с творогом	75	16,44	10,94	58,36	404	410-17
день 3	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
полдник	Молоко	180	5,22	4,5	8,64	96,3	
Итого:		355	22,06	15,84	76,8	397,3	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2	Запеканка овощная	200	3,8	11,13	20,79	205,33	165-17
день 4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,8	
полдник	Кисель из фруктов	180	0,09	0,07	22,04	103,14	640-04
Итого:		410	6,08	11,44	57,59	379,27	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
неделя 2	Бутерброд с котлетой мясной с огурцом свежим	90/20	10,48	5,94	25,15	204	9-17.
день 5	Яйцо варёное	40	5,08	4,6	0,28	63	209-17
полдник	Сок, вырабатываемый промышленностью	200	1	0	20,2	84,8	707-04
Итого:		350	16,56	10,54	45,63	351,8	
Итого среднее за 10 дней:		363,9	11,35	11,52	47,53	345,34	

Примечание

1. Для приготовления блюд используется йодированная соль (п. 8.1.6 СанПин 2.3/2.4.3590-20)

Список литературы

1. Сборник рецептур 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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под общей редакцией М.П. Могильного, 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. 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.
5. СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
6. Технологические карты общества с ограниченной ответственностью «Анприс» муниципального образования город Краснодар на кулинарные изделия (или блюда).
7. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания для обучающихся общеобразовательных организаций», 2020 г.