

Согласовано:

Департамент
образования
администрации

г.Кирова

начальник департамента

А.Л.Петрицкий

“ 27 ” 10 2020г.



Утверждаю:

начальник КШП
МКУ «КП и СП»

Кораблин М.Л.

“ 29 ” 09 2020г.



**ПРИЛОЖЕНИЕ
к примерному
двухнедельному меню
для организованного питания учащихся,
классов коррекции, учащихся с
ограниченными возможностями здоровья
в общеобразовательных учреждениях
возрастной категории
с 7 до 11 лет
сезон: весна - лето
категория учащихся: 1 - 4 классы
1 смена**

меню с 7 до 11 лет, сезон: весна — лето
1 неделя

меню 2020 приложение

Прием пищи,наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	витамины,микроэлементы (мг)					№ рецептуры
		Б	Ж	У		С	А	К	Са	Fe	
понеделник											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
салат из квашен.капусты зел.луком,масл	60	1,2	3,0	4,2	48,6	16,2	0,0	105,6	29,4	0,6	45/4
сосиски отварные	100	12,0	24	2,0	266,0	0,0	0,0	220,0	36,0	4,0	413/4
рожки отварные	150	3,0	5,0	36,0	211	0,0	0,0	64	200,0	1,0	273/96
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	0,0	0,0	32,0	16,0	1,0	702/97
Булочка «Оздоровительная»	25	2,0	1,0	12,0	60,0	0,0	0,0	23,0	4,0	0,0	70/тк
итого		18,2	33,0	82,2	694,6	16,2	0,0	444,6	285,4	6,6	
вторник											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
салат из морской капусты с яйцом	60	3,00	9,00	0,00	91,00	0,00	0,00	28,0	11,0	1,00	324.03тк
зразы ленивые	80	11,00	12,00	13,00	204,00	3,00	0,00	241,00	40,0	1,00	300.01тк
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	0,0	0,0	170,0	17,0	3,0	297/4
компот из яблок	200	0,00	0,00	28,00	109,00	7,0	0,0	112,0	7,00	1,00	585/96
хлеб ржаной	25	2,0	0,0	15,0	71,0	0,0	0,0	28,0	6,0	0,0	299
итого		22,00	31,00	84,00	697,00	10,00	0,00	579,0	128,0	6,00	
среда											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
котлета из горбуши	80	3,2	6,4	14,4	129,6	0,00	0,00	59,20	36,8	0,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	6,0	19,0	150,0	22,0	0,00	667	76,0	1,02	26.01 тк
масло сливочное	5	0,0	4,2	0,0	37,0	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	22/97
помидоры свежие к гарниру	30	0,0	0,0	1,0	7,0	0,0	8,00	87,00	4,0	0,0	804/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	13,00	0,00	44,0	8,0	0,0	312 тк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	0,0	0,0	50,0	8,0	0,0	35.01тк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	0,0	0,0	56,0	12,0	0,0	299.02тк
итого		14,2	18,6	116,4	703,6	35,0	8,0	964,2	145,8	1,0	
четверг											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
котлета рубленая из птицы	80	17,60	4,30	6,40	184,00	0,00	0,00	599,04	33,60	0,00	498/4
рис отварной	150	4,00	6,00	39,00	229,00	0,00	0,00	55,00	11,00	1,00	465/96
масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,00	0,00	0,00	0,50	0,50	0,00	22/97
зеленый горошек к гарниру	30	1,00	0,00	1,00	8,00	2,00	0,00	20,00	4,00	0,00	208.01/96
компот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	1,00	1,00	36,0	32,0	1,0	702/97
Булочка «Оздоровительная»	50	4,0	2,0	24,0	120,0	0,0	0,0	46,0	8,0	0,0	69тк
итого		27,60	16,30	101,40	701,00	3,00	1,00	756,54	89,1	2,00	
пятница											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
салат из свеклы с яблоками	60	0,6	0,6	12	44,4	6	0	142,8	16,2	0	51/4
котлета рубленая из говядины	80	11,40	12,60	12,60	214,85	3,40	0,0	101,7	37,30	1,00	451/4
капуста тушеная	150	4,00	5,00	15,00	116,00	80,00	0,0	369	93	1,0	482/96
масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,00	0,00	0,00	0,50	0,50	0,00	22/97
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	6,0	0,0	27,0	7,0	0,0	770тк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	0,0	0,0	56,0	12,0	0,0	299.02тк
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	0,0	0,0	25,0	4,0	0,0	35тк
итого		22,0	23,2	106,6	719,25	95,4	0,0	722,0	170,0	2,0	
суббота											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
жаркое по-домашнему с говядиной	250	16,0	15,0	29,0	338,0	37,0	0,0	1008,0	32,0	2,0	394/96
помидоры свежие к гарниру	30	0,0	0,0	1,0	7,0	0,0	8	87,0	4,0	0,0	804/96
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27	111,0	4,0	0,0	70,0	4,0	1,0	190тк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	0,0	0,0	56,0	12,0	0,0	299.02тк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	0,0	0,0	50,0	8,0	0,0	35.01тк
итого		26,0	17,0	113,0	736,0	41,0	8,0	1271,0	60,0	3,0	

Прием пищи,наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	витамины, микроэлементы (мг)					№ рецептуры
		Б	Ж	У		С	А	К	Са	Fe	
2 неделя											
понедельник											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
салат из свеклы с сыром и чесноком	60	3,0	11,4	4,2	106,8	0,0	4,8	139,8	108,6	0,6	29/96
котлета Рябушка (из птицы)	80	5,0	7,0	15,0	148,0	1,0	0,0	18,0	7,0	0,0	526,05тк
масло сливочное	5	0,0	4,2	0,0	37,0	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	22/97
рожки отварные	150	4,00	6,00	39,00	229,00	0,00	0,00	55,00	11,00	1,00	273/96
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	6,0	0,0	27,0	7,0	0,0	773тк
Булочка «Оздоровительная»	50	4,0	2,0	24,0	120,0	0,0	0,0	46,0	8,0	0,0	69тк
итого		16,0	30,6	102,2	736,8	7,0	4,8	286,8	142,6	1,6	
вторник											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
салат из квашеной капусты с яблоками	60	0,6	3,0	4,8	50,4	15,6	0,0	111,0	27,6	0,6	64/97
биточек рубленый из говядины	80	13,9	12,8	14,9	232,5	0,0	0,0	57,6	514,3	0,0	451/4
рис отварной	150	14,0	6,0	31,0	223,0	0,0	0,0	440,0	65,0	4,0	465/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	6,0	0,0	27,0	7,0	0,0	312,01тк
Булочка «Оздоровительная»	50	4,0	2,0	24,0	120,0	0,0	0,0	46,0	8,0	0,0	69тк
итого		32,5	23,80	98,7	721,9	21,6	0	681,6	621,9	4,6	
среда											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
шницель из горбуши	80	3,2	8,48	7,5	121,6	2,0	0,0	65,0	22,0	1,0	330/96
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	30,0	0,0	853,0	27,0	1,0	226,01тк
масло сливочное	5	0,0	4,2	0,0	37,0	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	22/97
помидоры свежие к гарниру	30	0,0	0,0	1,0	7,0	0,0	8,0	87,0	4,0	0,0	804/96
компот из яблок	200	0,0	0,0	28,0	109,0	7,00	0,00	112,0	7,0	1,0	585/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	0,0	0,0	50,0	8,0	0,0	35тк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	0,0	0,0	56,0	12,0	0,0	299
итого		14,2	19,68	116,5	713,6	39,0	8,0	1224,0	81,0	3,0	
четверг											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
салат из свеклы с яблоками	60	0,6	9,0	6,0	58,8	5,4	0,0	121,2	22,2	0,6	51/4
колбаски школьные из говядины	80	15,0	16,0	9,0	236,0	1,0	0,0	17,0	16,0	0,0	358,09
каша гречневая рассыпчатая	150	6,7	10,0	28,45	222,0	0,0	0,0	170,0	17,0	3,0	297/4
кисель из концентрата	200	0,0	0,0	34,0	129,0	0,00	0,00	1,0	1,0	0,0	591/96
хлеб ржаной	25	2,0	0,0	15,0	71,0	0,0	0,0	28,0	6,0	0,0	299
итого		24,3	35,0	92,45	716,8	6,4	0,0	337,2	62,2	3,6	
пятница											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
шницель рубленый из говядины	80	13,9	12,8	14,9	232,5	0,0	0,0	57,6	514,3	0,0	451/4
рагу из овощей	150	3,0	6,0	16	132	23,0	3,0	444	49	1,0	215/96
масло сливочное	5	0,0	4,2	0,0	37,0	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	22/97
огурец свежий к гарниру	30	0,0	0,0	1,0	4,0	3,0	0,0	42,0	7,0	0,0	805/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	13,0	0,0	44,0	8,0	0,0	312 тк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	0,0	0,0	56,0	12,0	0,0	299,02тк
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	0,0	0,0	25,0	4,0	0,0	35тк
итого		22,9	24,0	100,9	716,5	39,0	3,0	669,6	595,3	1,0	
суббота											
Завтрак 1-4 классы 1 смена											
плов из говядины	250	20,0	20,0	52,0	478,0	5,0	2,0	174,0	19,0	1,0	403/96
помидоры свежие к гарниру	30	0,0	0,0	1,0	7,0	0,0	8,0	87,0	4,0	0,0	804/96
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27	111,0	4,0	0,0	70,0	4,0	1,0	190тк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	0,0	0,0	56,0	12,0	0,0	299,02тк
итого		26,0	20,0	110,0	738,0	9,0	10,0	387,0	39,0	2,0	

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная
- дрожжи йодированные
- режисен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.