
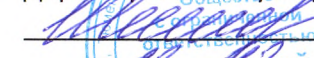


СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ "Белоярская СОШ № 1"

  
Соколова Т.М.  
\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ: 8602198754  
Директор ООО "Вкуснодей"

  
Шикула А.М.  
\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.



# Основное меню 1-й вариант ПОЛДНИКОВ 2-я смена (с род.платой)

для организации питания школьников в общеобразовательных учреждениях

на зимне-весенний период 2023г.

п.Белый Яр МАОУ "Белоярская СОШ №1"

Основное меню 1-й вариант на зимне-весенний период 2023г полдник с род платой 2 смена

1 неделя понедельник

№ рецептуры	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Вес блюда	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	ЭЦ,Ккал
1	2	3	5	6	7	8
<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
219	Сырники из творога со сгущ молоком 100/20	120	21.68	17.94	27.20	346.00
376	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	15.01	60.01
338	Груши свежие	171	0.68	0.51	17.51	79.90
	<b>итого за полдник:</b>	<b>491</b>	<b>22.42</b>	<b>18.47</b>	<b>59.72</b>	<b>485.91</b>

1 неделя вторник

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
415	Крендель сахарный	100	7.08	13.14	55.74	370.00
386	Йогурт, шт	100	2.50	3.10	15.80	98.00
ПП	Сок фруктовый для детского питания	200	1.00	0.00	20.20	84.44
338	Яблоки свежие	160	0.64	0.64	15.68	75.20
	<b>итого за полдник:</b>	<b>560.00</b>	<b>11.22</b>	<b>16.88</b>	<b>107.42</b>	<b>627.64</b>

1 неделя среда

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
406	Пирожки печеные из дрожжевого теста с вишней	100	5.78	4.87	33.88	221.33
386	Снежок	125	3.75	3.13	5.00	46.50
376	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	15.01	60.01
ПП	Шоколад молочный	15	1.20	4.95	8.10	82.50
338	Мандарины свежие	107	0.80	0.20	7.50	38.00
	<b>итого за горячее питание:</b>	<b>547.00</b>	<b>11.59</b>	<b>13.17</b>	<b>69.49</b>	<b>448.34</b>

1 неделя четверг

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
410	Ватрушка с творогом	75	9.22	5.48	29.18	202.00
377	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.21	62.00
ПП	Йогурт, шт	100	2.50	3.10	15.80	98.00
338	Апельсины свежие	212	1.86	0.42	16.77	89.01
	<b>итого за полдник:</b>	<b>587.00</b>	<b>13.71</b>	<b>9.02</b>	<b>76.96</b>	<b>451.01</b>

1 неделя пятница

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
418	Слойка с повидлом	75	4.78	8.84	38.04	250.00
ПП	Агуша питьевой йогурт 2,7%	180	5.60	5.40	18.40	144.00
377	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	15.01	60.01
338	Яблоки свежие	147	0.68	0.51	17.51	79.90
	<b>итого за полдник:</b>	<b>602.00</b>	<b>11.12</b>	<b>14.77</b>	<b>88.96</b>	<b>533.91</b>

2 неделя понедельник

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120	17.74	16.30	22.98	519.11
377	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.21	62.00
338	Яблоки свежие	164	1.89	0.42	17.01	90.30
	<b>итого за полдник:</b>	<b>484.00</b>	<b>19.76</b>	<b>16.74</b>	<b>55.20</b>	<b>671.41</b>

2 неделя вторник

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
ТТК 12	Плюшка Новомосковская	100	7.28	12.52	45.92	338.00
ПП	Агуша питьевой йогурт 2,7%	180	5.60	5.40	18.40	144.00
376	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	15.01	60.01
338	Груши свежие	168	0.67	0.50	17.30	78.96

	<b>итого за полдник:</b>	<b>648.00</b>	<b>13.61</b>	<b>18.44</b>	<b>96.63</b>	<b>620.97</b>
--	--------------------------	---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

2 неделя среда

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
406	Пирожки печеные из дрожжевого теста с брусникой	100	5.98	4.02	58.92	298.23
386	Снежок	125	3.75	3.13	5.00	46.50
376	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	15.01	60.01
ПП	Шоколад молочный	15	1.20	4.95	8.10	82.50
338	Мандарины свежие	100	0.80	0.20	7.50	38.00
	<b>итого за полдник:</b>	<b>540.00</b>	<b>11.79</b>	<b>12.32</b>	<b>94.53</b>	<b>525.24</b>

2 неделя четверг

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
418	Слойка с повидлом	75	4.78	8.84	38.04	250.00
386	Йогурт, шт	100	2.50	3.10	15.80	98.00
377	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.21	62.00
338	Апельсины свежие	205	1.85	0.42	15.89	84.30
	<b>итого за полдник:</b>	<b>580.00</b>	<b>9.26</b>	<b>12.38</b>	<b>84.94</b>	<b>494.30</b>

2 неделя пятница

<b>Полдник (с род.доплатой)</b>						
424	Булочка Домашняя	100	7.28	12.52	43.92	318.00
ПП	Агуша питьевой йогурт 2,7%	180	5.60	5.40	18.40	144.00
377	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.21	62.00
338	Груши свежие	171	0.67	0.50	17.30	78.96
	<b>итого за полдник:</b>	<b>651.00</b>	<b>13.68</b>	<b>18.44</b>	<b>94.83</b>	<b>602.96</b>
	<b>Итого за весь период:</b>	<b>5690.00</b>	<b>138.16</b>	<b>150.63</b>	<b>828.68</b>	<b>5461.69</b>
	<b>Среднее значение за период:</b>	<b>569.00</b>	<b>13.82</b>	<b>15.06</b>	<b>82.87</b>	<b>546.17</b>

#### Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах

Показатели в сутки	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	ЭЦ,Ккал
Норма 100%	77	79	335	2350
Норма 20%	15.40	15.80	67.00	470.00
Факт	13.82	15.06	82.87	546.17

#### Основание:

1) СанПин 2.3/2.4.3590-20 постановление от 27.10.2020 №32 срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.

Утверждённые руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека Г.Г. Онищенко

2) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: ДеЛиплюс 2017 – 544с

3) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: ДеЛиплюс 2016 –640с

4) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко. - М.: "ИКТЦ"ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 680с

5) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для п.о.п. при общеобразовательных школах. "Хлебпродинформ" М 2004

6) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания . И.М. Скурихин, В.А.Тутельян, ДеЛипринт М.

7)МР 2.4.0179-20

8) ТУ 10.86.10-001-12536993-2019 Полуфабрикаты мясные и мясосодержащие для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993

9) ТУ 10.86.10-002-12536993-2019 Полуфабрикаты из мяса птицы для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993

10) ТУ 10.86.10-003-12536993-2019 Полуфабрикаты рыбные рубленые для детского питания охлажденные и замороженные. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993

11)ТУ 10.86.10-007-12536993-2020 Полуфабрикаты в тесте с овощными и фруктовыми фаршами замороженные для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993

12) ТУ 10.86.10-008-12536993-2020 Полуфабрикаты в тесте с фаршами из мяса и мяса птицы замороженные для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993

13) ТУ10.86.10-010-12536993-2020 Полуфабрикаты мучных кулинарных изделий замороженные. Блинчики для детского питания. Организация-изготовитель ООО "Вкуснодей" ОКПО -12536993

Меню составил: Технолог Шиян Т.Н.