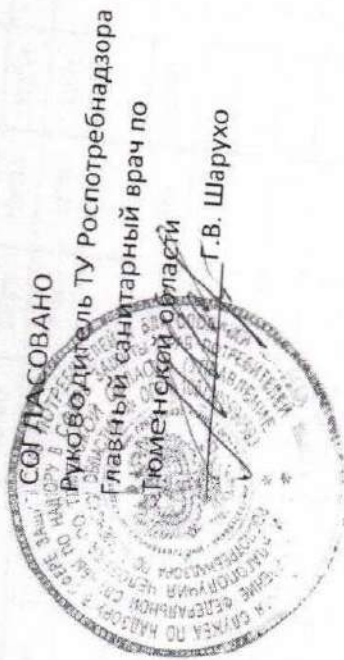
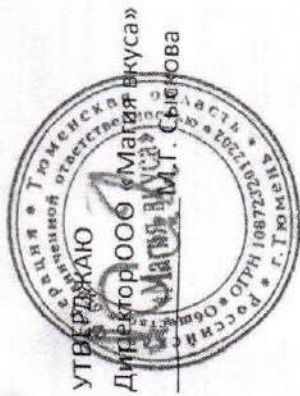




Примерное двадцатидневное меню
Горячих завтраков и обедов для детей с ограниченными возможностями здоровья

С 7 до 11 лет

(сезон осень, зима, весна)

г. Тюмень, 2018г.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧЕЕ ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ для детей с 7 до 11 лет (сезон осень, зима, весна)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, информационную ведомость, анкетацию, таблицу по соли и специям.

1 день

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак																	
Горячий бутерброд с сыром и колбасой (ТК 8-2011)				17/13/9	6,14	5,33	10,67	116,28	0,09	0,04	0,060	0,04	90,20	96,60	9,50	15,60	
сыр сулугуни				9,09													
колбаса вареная или колбаса п/к				13,13													
батон пшеничный				17,00													
Каша жидкая молочная пшеница с маслом (ТК 781-2011)				200/5	4,40	6,13	27,88	204,80	1,17	0,2	0,0	0,0	111,4	99,5	25,1	38,0	
крупа пшеница				30,00													
вода				86,00													
молоко питьевое 2,5% жирности				96,00													
сахар песок				5,00													
масло сливочное 72,5 %				5,00													
Какао с молоком (ТК 382-2011)				200	3,80	4,54	18,58	119,05	1,59	0,06	0,18	0,35	142,20	124,56			
какао-порошок				1,60													
вода питьевая				100,00													
сахар песок				12,00													
молоко концентрированное				45,00													
или молоко питьевое 2,5% жирности				100,00													
Фрукт (исчислена средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, миндари, банан)				150-200	0,66	0,38	9,84	85,00	9,30	0,05	0,00	0,05	28,05	15,40	0,00	0,00	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов				20	1,97	0,25	13,28	56,74	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20	
Обед					37,80	22,94	108,27	827,54	64,11	0,39	0,24	3,15	140,61	365,66	102,27	6,75	
Овощи на поджаривании:																	
Пюре из огурцов свежих (С б.р.с.1996 таб.24)				60	0,42	0,06	1,14	6,78	4,20	0,03	0,00	0,06	10,20	24,72	8,40	0,00	
огурцы свежие грунтовые					63,00												
или огурцы свежие парниковые					63,00												

СОГЛАСОВАНО

СПЕЦИАЛИСТ

Специально

Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов	25,00	3,30	0,40	11,70	63,60	0,00	0,11	0,00	1,23	21,95	71,34	8,40	1,22
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов	25,00	5,72	0,93	26,48	137,20	0,00	0,06	0,00	0,77	12,32	39,59	8,53	0,67
Соль йодированная для засолки в блюда в расчете на 1 питающегося	4,0												
ИТОГО		54,77	39,57	188,52	1409,41	76,26	0,71	0,52	3,88	517,11	717,01	140,16	60,55

2 день

ЗДЕНЬ

Наименование блюда	Химический состав		Наименование пищевых веществ												
	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг		
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак															
Бутерброд с маслом и повидлом (тк 2-2011)															
повидло	20,00	15,00	17/5/15	1,76	3,91	25,01	139,65	4,20	0,04	0,02	0,08	4,20	0,32	2,25	
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00													
батон пшеничный	25,00	17,00													
Суп молочный с макаронными изделиями (тк 781-2011)															
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00	200/2	4,68	4,16	17,30	126,09	1,30	0,02	0,03	0,04	123,56	45,00	16,56	0,30
вода	94,00	94,00													
макаронные изделия	16,00	16,00													
сахар песок	1,20	1,20													
соль йодированная	0,60	0,60													
масло сливочное 72,5 %	2,00	2,00													
Кофейный напиток (тк 692-2004)															
кофейный напиток	2,00	2,00	200	3,09	2,54	21,15	119,82	2,90	1,30	0,00	0,00	120,00	40,50	14,00	20,00
вода питьевая	100,00	100,00													
сахар песок	12,00	12,00													
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00													
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов															
Фрукт (исчислена средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мангания, банан)			20	1,97	0,27	14,47	82,75	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20
Обед															
Овощи на гарнировку :															
Нарезка из свежих помидор (тк 20-2011)															
помидоры свежие (грунтовые)	63,00	60,00	150-200	0,66	0,38	9,84	70,00	9,30	0,05	0,00	0,05	28,05	15,40		
или помидоры свежие парниковые	63,00	60,00		23,45	19,09	80,99	783,30	53,24	0,32	0,37	3,51	161,49	373,02	98,18	31,62
ИЛИ															
Нарезка из отварной свеклы (тк 44-1996)															
свекла - до 01.01 - 2006	81,75	65,40	60,0	0,66	0,10	5,28	25,20	6,00	0,01	0,05	0,06				
													БЫЛ ЛАСОВАНО		
													СПЕЦИАЛИСТ		
													0,84		

[illegible]

СОГЛАСОВАНО
ВЛЕТЧИКОВ

Пищевые продукты (гк 312-2011)		150	3,25	4,70	22,01	143,76	1,83	0,03	0,10	0,90	70,16	32,59	24,50
картофель - 01 09 - 31 10 - 25%	170,24	128,00											
	183,04	128,00											
	195,84	128,00											
	213,76	128,00											
	23,63	22,50											
молоко питьевое 2,5% жирности		5,00											
масло сливочное 72,5 %		200	0,78	0,01	13,68	55,88	0,51	0,02	0,00	0,25	10,52	0,02	0,02
Компот из ягодно-яблочной смеси (гк 344 - 2011)													
ягодно-яблочная смесь	20,00	20,00											
	12,00	12,00											
	180,00	180,00											
сахар песок													
вода питьевая													
ИЛИ													
Компот из брусники (гк 342-2011)		200	0,14	0,10	15,61	65,06	3,00	0,01	0,00	0,00	7,76	0,00	0,00
брусника	20,00	20,00											
	180,00	180,00											
	12,00	12,00											
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов		35	3,30	0,40	11,70	63,60	0,00	0,11	0,00	1,23	21,95	71,34	8,40
ИТОГО:			33,85	13,89	168,76	1343,30	70,94	1,75	0,42	2,95	442,00	134,28	52,12

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ									
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг					
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак																	
Бутерброд с маслом (тк 3-2004)			17/5	17,46	17,30	69,89	607,66	3,30	0,19	0,19	2,92	250,95	266,34	44,89	135,25		
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00															
батон пшеничный	17,00	17,00															
Сырники творожные (тк 219-2011)			150	14,00	10,88	37,50	412,50	1,35	0,13	0,15	2,63	232,75	243,75	40,20	102,75		
творог	122,4	120,00															
яйцо куриное	13,00	13,00															
мука пшеничная в/с	19,00	19,00															
крупа манная	9,50	9,50															
сахар песок	15,00	15,00															
масса полуфабриката		176,50															
мука пшеничная в/с	3,80	3,80															

СОГЛАСОВАНО
Специалист

[illegible]

сахар песок	1,75	1,75	80	8,60	7,80	0,10	104,50	20,1	0,13	0,00	0,12	125,00	84,50	10,50	0,85
Колбасные изделия отварные с соусом молочным(тк 413-2004)															
сосиски молочные или колбаса вареная "высший сорт"	51,00	50,00													
Соус молочный (тк 326-2011)	30,00	30,00													
молоко питьевое 2,5% жирности	15,00	15,00													
вода питьевая	15,00	15,00													
мука пшеничная вс	1,65	1,65													
масло сливочное	1,60	1,60													
соль йодированная	0,10	0,10													
Гречка рассыпчатая (тк 67-2011)															
крупа гречневая	50,00	50,00	150	6,34	5,28	28,62	187,05	0,30	0,10	0,01	0,64	26,87	129,50	9,44	0,55
вода питьевая	106,50	106,50													
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00													
соль йодированная	1,50	1,50													
Компот из кураги (тк 348-2011)															
курага	15,00	15,00	200	0,45	0,06	20,63	85,98	0,75	0,00	0,00	0,00	17,61	0,00	13,80	0,00
сахар песок	12,00	12,00													
вода питьевая	185,00	185,00													
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов															
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов	35	35	35	3,30	0,40	11,70	63,60	0,00	0,11	0,00	1,23	21,95	71,34	8,40	1,22
Итого:	25	25	25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20
Итого:															
4 день															
Итого:															
Итого:															

4 день															
Наименование пищевых веществ															
Химический состав															
Витамины															
Минералы, мг															
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
25/15	4,53	6,62	13,39	131,62	0,08	0,04	0,060	0,04	79,20	96,60	4,20	2,00			
200/5	5,90	6,50	23,75	259,80	1,17	0,2	0,0	0,0	124,9	99,5	41,7	0,50			
25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00			
86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00	86,00			
96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00	96,00			
5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00			
200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00			

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

[illegible]

Наименование блока	Брутто, г		Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг		
									С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний
Завтрак															
Бутерброд с маслом и повидлом (тк 2-2011)															
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00													
повидло	15,00	15,00													
батон пшеничный	17,00	17,00													
Омлет с колбасой (тк 312-2006)															
яйцо куриное	96,20	96,20	150	19,44	21,42	2,78	259,30	0,46	0,10	0,05	0,50	105,23	207,00	25,12	249,50
молоко питьевое 2,5% жирности	35,30	35,30													
колбаса в/к	26,32	26,00													
соль йодированная	0,80	0,80													
масса полуфабриката		157,50													
масло растительное	1,50	1,50													
Какао с молоком (тк 382-2011)															
какао-порошок	1,60	1,60	200	3,80	4,54	18,58	119,05	1,59	0,06	0,18	0,35	142,20	124,56		
вода питьевая	100,00	100,00													
сахар песок	12,00	12,00													
молоко концентрированное	45,00	45,00													
или молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00													
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов															
Обед															
Нарезка из отварной свеклы (тк 44-1996)															
свекла - до 01.01 - 20%	81,75	65,40													
с 01.01 - 25%	86,98	65,40													
Суп, Лагман с мясом и сметаной (тк 5-2004)															
сметана	20,00	20,00	25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20
масса отварных спагетти		50		32,42	0,25	107,67	790,00	32,67	0,16	0,16	2,65	308,98	299,25	56,48	23,76
грудка куриная (филе без кожи и костей)	32,94	24,40	60,0	0,66	0,10	5,28	25,20	6,00	0,01	0,05	0,06	172,80	25,80	13,20	0,84
или говядина I категории	33,60	32,00													
масса готового продукта		20													
чеснок	1,92	1,50													
лук репчатый	14,88	12,50													
масло растительное	3,00	3,00													
или масло сливочное	5,00	5,00													
														СОГЛАСОВАНО	
														СПЕЦИАЛИСТ	

[illegible]

Наименование блока	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл.г	ЭЦ, ккал	Витамины					
								С, мг	В ₁ , мг	А, мкг	Е, мг		
												Минералы, мг	
												Кальций	Магний

СОГЛАСОВАНО

Исходный

Железо

Завтрак													
Бутерброд с маслом и сыром (тк 3-2011)													
масло сливочное 72,5 %	5,00		17/5/11	14,68	16,28	75,46	559,49	13,45	1,55	0,10	0,57	358,00	269,71
сыр сулугуни	11,11			3,91	6,64	9,14	112,93	0,08	0,04	0,060	0,04	79,20	96,60
батон пшеничный	17,00												4,20
Каши жидкая молочная пшеница (тк 781-2011)													
крупа пшено	30,00	30,00	200/5	5,90	6,50	23,75	185,00	1,17	0,15	0,04	0,03	124,85	99,50
вода	86,00	86,00											41,70
молоко питьевое 2,5% жирности	96,00	96,00											38,00
сахар песок	5,00	5,00											
масла сливочное 72,5 %	200,00	200,00											
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00											
Кофейный напиток (тк 692-2004)													
кофейный напиток	2,00	2,00	200	3,09	2,54	21,15	119,82	2,90	1,30	0,00	0,00	120,00	40,50
сахар песок	12,00	12,00											14,00
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00											20,00
или молоко концентрированное	45,00	45,00											
вода питьевая	100,00	100,00											
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан)													
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан)	150			0,66	0,38	9,84	85,00	9,30	0,05	0,00	0,05	28,05	15,40
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов													
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов	25			1,12	0,22	11,58	56,74	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71
Овощи на полдарировку:				32,83	22,84	77,60	783,50	37,41	0,26	0,18	2,18	153,64	239,62
Парезка и т. свежих помидор (тк 20-2011)													112,59
помидоры свежие грунтовые	60	60,00		0,40	0,03	1,30	6,78	18,75	0,00	0,00	0,00	10,50	0,00
или помидоры свежие парниковые		60,00											15,00
или													
Кукуруза консервированная (тк 2011)													
кукуруза консервированная	40	40,00		1,30	0,20	6,70	34,80	2,88	1,30	0,00	0,00	25,20	24,60
Рассольник Ленинградский со сметаной (тк 129-1996)													
говядина 1 категории	250/15/5	24,00		4,13	6,27	12,53	123,77	12,09	0,09	0,00	0,00	25,05	56,72
масса отварного мяса		15,00											24,07
картофель - 01 09 - 31 10 - 25%		52,50											0,30
01 11 - 31 12 - 30%		52,50											
01 01 - 29 02 - 35%		52,50											
01 03 - 40%		52,50											

СОГЛАСОВАНО

ПРЕДСТАВИТЕЛЬ

[illegible][illegible]

Итого:	47,51	39,12	153,06	1342,99	50,86	1,81	0,28	2,75	511,64	509,33	176,69	65,89
--------	-------	-------	--------	---------	-------	------	------	------	--------	--------	--------	-------

7 день

Наименование блюда	Брутто, г		Нетто, г	Химический состав						Наименование пищевых веществ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
									С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Завтрак																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			

СОГЛАСОВАНО
Специалист

[illegible]

8 день

Наименование пищевых веществ

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						Витамины						Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Завтрак																		
Бутерброд с маслом и повидлом (тк 2-2011)																		
батон пшеничный	17,00	17,00																
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00																
повидло	15,00	15,00	175/15	28,15	30,64	55,97	575,46		3,23	0,20	0,18	2,56	210,34	434,35	46,58	44,40		
				1,76	3,91	25,01	139,65		1,92	0,03	0,04	0,03	2,40	4,50	0,00	32,00		
Омлет натуральный (тк 210-2011)																		
яйцо куриное	133,20	133,20	200	22,87	25,20	3,27	305,17		0,61	0,13	0,06	0,67	140,31	276,00	33,49	2,20		
молоко питьевое 2,5% жирности	77,20	77,20																
Масса омлетной массы																		
соль йодированная	1,00	1,00																
масло растительное	1,50	1,50	200	1,55	1,28	14,41	75,64		0,70	0,01	0,08	1,60	62,93	138,56	9,80	10,00		
Чай с молоком и сахаром (тк 685-2004)																		
чай черный	0,50	0,50																
сахар песок	12,00	12,00																
молоко питьевое 2,5% жирности	50,00	50,00																
вода питьевая	150,00	150,00																
Хлеб ржаной или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов																		
Обед																		
Овощи на поджаривку :																		
Нарезка из огурцов свежих (Сб.реп.1996 таб.24)																		
огурцы свежие грунтовые	63,00	60,00	20	1,97	0,25	13,28	55,00		0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20		
или огурцы свежие парниковые	63,00	60,00																
соль йодированная	0,30	0,30	60,00	28,93	26,80	102,53	791,16		24,07	0,21	0,02	1,91	99,73	202,67	71,21	38,50		
			60	0,42	0,06	1,14	6,78		4,20	0,03	0,00	0,06	10,20	24,72	8,40	0,00		
ИЛИ																		
Нарезка из соленых огурцов (тк 70-2011)																		
огурцы соленые	66,80	40,00	40	0,40	0,10	0,90	7,15		2,80	0,70	0,30	0,30	0,00	0,00	1,80	1,70		
Свекольник со сметаной (тк 55-2011г)																		
свекла до 01-01-2006	75,00	60,00	250/5	2,66	5,02	15,56	156,00		18,07	0,06	0,02	0,27	48,61	116,20	33,12	15,00		
сметана 01-01-25%	79,80	60,00																
картофель - 01-09-31 10 - 25%	53,20	40,00																
01-11-31 12 - 30%	57,20	40,00																
01-01-29 02 - 35%	61,60	40,00																
01-03 - 40%	65,60	40,00																

СОГЛАСОВАНО
СВЕЩЕДМЕТ

СОГЛАСОВАНО

СПЕЦИАЛИСТ

[illegible]

[illegible]

10 день

10 день

Наименование блюда		Брутто, г		Нетто, г		Химический состав					Наименование пищевых веществ								
						Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭН, ккал	Витамины				Минералы, мг				
											С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак																			
Горячий бутерброд с сыром и колбасой (ТК 8-2011)											14,59	0,26	0,10	0,38	281,40	229,59	43,49	16,60	
сыр сулугуни		10,10		10,00							0,09	0,04	0,060	0,04	90,20	96,60	9,50	15,60	
колбаса вареная или колбаса п/к		15,15		15,00															
хлеб пшеничный		25,00		25,00															
Каши жидкая молочная яичная (ТК 167-2004)																			
крупы ячневая		25,00		25,00		200/5	5,20	6,90	27,20	250,00	5,17	0,15	0,04	0,03				0,50	

[illegible]

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

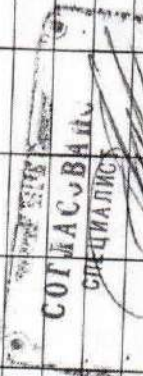
[illegible]

молоко питьевое 2,5% жирности или молоко концентрированное вода питьевая	50,00	50,00	20	1,12	0,22	11,58	56,74	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20
	20,00	20,00													
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан)	150,00	150,00	150-200	0,66	0,38	9,84	46,70	9,30	0,05	0,00	0,05	28,05	15,40	0,00	0,00
Яйцо отварное (тк 209-2011)	Обед		40	33,30	15,62	71,51	78,4,48	40,32	0,20	0,06	2,60	135,86	292,94	91,73	58,46
Яйцо куриное	40,00	40,00		5,08	4,60	0,28	62,80	0,00	0,00	0,00	0,00	22,00	0,00	4,80	0,00
Рыбный суп (тк 48-2011)			250/20	7,94	5,25	15,18	175,00	15,30	0,06	0,01	0,25	56,70	133,30	29,73	9,03
горбуша с/м (филе с кожей без костей)	34,08	24,00													
или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей)	32,40	24,00													
или сом с/м (филе без кожи и костей)	39,36	24,00													
масса отварной рыбы		20,00													
картофель - 01.09-31.10 - 25%	66,50	50,00													
01.11-31.12 - 30%	71,50	50,00													
01.01-29.02 - 35%	77,00	50,00													
01.03 - 40%	83,50	50,00													
крупа перловая или рисовая	7,50	7,50													
морковь до 01.01-20%	12,50	10,00													
морковь от 01.01-25%	13,30	10,00													
лук репчатый	9,52	8,00													
масло растительное	3,00	3,00													
или масло сливочное	5,00	5,00													
вода	213,00	213,00													
соль йодированная	1,20	1,50													
Жаркое по-домашнему с маслом (тк 436-2004)			190	18,02	5,25	19,45	315,00	24,02	0,11	0,046	0,47	24,02	120,78	48,80	49,03
(рулька куриная (филе без кожи и костей)	67,50	50,00													
или говядина 1 категории	67,20	64,00													
или свинина нежирная	58,80	56,00													
масса тушеного мяса		40,00													
картофель - 01.09-31.10 - 25%	159,60	120,00													
01.11-31.12 - 30%	171,60	120,00													
01.01-29.02 - 35%	184,56	120,00													
01.03 - 40%	200,40	120,00													
лук репчатый	11,90	10,00													

СВЕТЛОСЛАВНО
СПЕЦИАЛИСТ

или																
Нарезка из отварной свеклы (тк 44-1996)			60	0,66	0,10	5,28	25,20	6,00	0,01	0,05	0,06	172,80	25,80	13,20	0,84	
свекла - до 01.01 - 20%			81,75	65,40												
с 01.01 - 25%			86,98	65,40												
или																
Кукуруза консервированная (тк 2011)			40	1,30	0,20	6,70	34,80	2,88	1,30	0,00	0,00	25,20	24,60	7,80	0,00	
кукуруза консервированная			66,00	40,00												
или																
Суп - пюре овощной с мясом и грибами (тк 104-2018)			250/10	4,87	6,03	9,14	155,00	18,07	0,06	0,02	0,27	48,61	116,20	33,12		
грудка с/м (филе без кожи и костей)			26,535	18,30												
мясо отварного мяса			15,00													
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%			119,70	90,00												
01.11 - 31.12 - 30%			128,70	90,00												
01.01 - 29.02 - 35%			138,60	90,00												
01.03 - 40%			150,30	90,00												
морковь до 01.01 - 20%			25,00	20,00												
с 01.01 - 25%			13,30	20,00												
лук репчатый			14,28	12,00												
молоко питьевое 2,5% жирности			50,00	50,00												
бульон от картофеля			100,00	100,00												
масло растительное			4,00	4,00												
или масло сливочное			5,00	5,00												
соль йодированное			1,50	1,50												
хлеб пшеничный			16,00	10,00												
или																
Рыба запеченная по-русски (тк 384-2004)			200	15,75	8,40	12,30	280,00	3,24	0,06	0,06	0,31	19,20	20,00	27,00	2,20	
горбуша с/м (без головы и костей)			153,36	108,00												
или минтай с/м (филе без кожи и костей)			145,80	108,00												
масса хитиновой рыбы			90													
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%			102,81	77,30												
01.11 - 31.12 - 30%			110,54	77,30												
01.01 - 29.02 - 35%			119,04	77,30												
01.03 - 40%			129,09	77,30												
масса отварного картофеля			75,05													
Соус для запекания (598-2004)			45,00													
вода			45,00	45,00												
масло сливочное			4,50	4,50												
мука пшеничная в/с			1,50	1,50												
сметана 15%			3,00	3,00												

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ



Компот из кураги (тк 348-2011)				200	0,45	0,06	20,63	85,98	0,7	0,00	0,00	0,00	17,61	0,00	13,80	0,00
курага сахар песок вода питьевая	15,00	15,00														
	12,00	12,00														
	185,00	185,00														
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов				30	1,12	0,22	11,58	105,00	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов				30	1,97	0,25	13,28	95,00	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20
ИТОГО:					30,86	22,03	127,60	1346,10	11,27	0,32	0,21	1,41	426,56	292,99	95,48	43,94

17 день

Наименование блюда			Брутто, г			Нетто, г			Химический состав					Наименование пищевых веществ							
									Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
														С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак																					
Бутерброд с маслом и сыром (тк 3-2011)						17/5/11	3,91	6,64	9,14	135,00	0,08	0,04	0,060	0,04	79,20	96,60	4,20	18,00			
масло сливочное 72,5 %			5,00		5,00																
сыр сулугуни			11,11		11,00																
батон пшеничный			17,00		17,00																
Каша жидкая молочная ячневая (ТК 167-2004)						200/10	5,20	6,90	27,20	255,00	5,17	0,15	0,04	0,03	147,35	99,50	29,30	0,50			
крупа ячневая			25,00		25,00																
вода			86,00		86,00																
молоко питьевое 2,5% жирности			96,00		96,00																
сахар песок			5,00		5,00																
масло сливочное 72,5 %			10,00		10,00																
Чай с молоком и сахаром (тк 685-2004)						200	1,55	1,28	14,41	75,64	0,70	0,01	0,08	1,60	62,93	138,56	9,80				
чай черный			0,50		0,50																
сахар песок			12,00		12,00																
молоко питьевое 2,5% жирности			50,00		50,00																
или молоко концентрированное			20,00		20,00																
вода питьевая			150,00		150,00																
Фрукт (исчислена средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мангарин, банан)						100-150	0,66	0,38	9,84	85,00	9,30	0,05	0,00	0,05	28,05	15,40	0,00	0,00			
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов						20	1,97	0,25	13,28	55,00	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	15,29	3,29	0,20			
Обед							22,50	21,19	70,29	784,10	54,07	0,25	0,05	1,43	93,00	253,94	88,50	62,75			
Овощи на поджаривку :																					
Белокочанная капуста с морковью (тк 79-2006)						60	0,7	2,54	4,32	42,45	17,5	0,00	0,0	0,0	22,81	0,0	8,1	13,00			
капуста б/кочанная			60,00		48,00																
морковь до 01-01-2009			7,50		6,00																
с 01-01-2009			7,98		6,00																
кислота лимонная			0,15		0,15																

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

[illegible]

[illegible]

СОГЛАСОВАНО

СПЕЦИАЛИСТ

сахар песок		12,00	12,00														
молоко питьевое 2,5% жирности		100,00	100,00														
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов				20	1,12	0,22	11,58	55,20	0,00	0,01	0,01	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20	
Овощи на подгортнировку :																	
Нарезка из огурцов свежих (Сб.рп.1996 таб.24)				60	0,42	0,06	1,14	6,78	4,20	0,03	0,00	0,06	10,20	24,72	8,40	0,00	
огурцы свежие грунтовые		63,00	60,00														
или огурцы свежие парниковые		63,00	60,00														
соль йодированная		0,30	0,30														
или																	
Нарезка из соленых огурцов (тк 70-2011)				40	0,40	0,10	0,90	7,15	2,80	0,70	0,30	0,30	0,00	0,00	1,80	1,70	
огурцы соленые		66,80	40,00														
соль йодированная		0,35	0,21														
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной (тк 120-1996)				250/10/5	5,96	6,75	7,41	140,00	21,01	0,00	0,00	0,00	30,90	21,68	8,54		
говядина 1 категории		16,80	16,00														
или курица -тушка		17,69	12,20														
масса отварного мяса			10,00														
капуста б/кочанная		62,50	50,00														
картофель - 01 00 -31 10 - 25%		39,9	30,00														
01 11 -31 12 -30%		42,90	30,00														
01 01 -29 02 - 35%		46,20	30,00														
01 03 - 40%		50,10	30,00														
морковь до 01 01 -20%		15,00	12,00														
с 01 01 - 25%		15,96	12,00														
лук репчатый		11,90	10,00														
масло растительное		3,00	3,00														
или масло сливочное		5,00	5,00														
лавровый лист		0,01	0,01														
вода питьевая		200,00	200,00														
соль йодированная		1,50	1,50														
сметана 15%		5,00	5,00														
Шиндель мясной с соусом сметанно-томатным (тк 267-2011)				80/30	11,32	8,83	17,09	220,00	5,51	0,01	0,00	0,00	20,16	17,50	23,11	2,00	
фарш куриный		43,86	43,00														
фарш говяжий		35,70	35,00														
лук репчатый		11,90	10,00														
соль		0,90	0,90														
яйло куриное		2,50	2,50														

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

[illegible]

[illegible]

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному меню
горячие завтраки и обеды для детей с 7 до 11 лет, сезон осень-весна

№	Продукты	Норма продуктов в г, мл, netto на 1 обучающегося (усредненно) СанПиН 2.4.1.2409- 08	Процен ты	Норма в день, г завтрак, обед (60%)	Дни																					Остаток в день, г	% выполнения	
					фактически получено, г																							
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб пшеничный **	150	60	90	62	55	55	80	67	67	42	72	52	94	72	57	47	62	47	80	67	80	55	72	1285	64	95	
2	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)*	80	60	48	25	35	45	25	25	25	31	78	25	30	30	42	103	55	60	30	30	30	30	30	753	38	95	
3	Мука пшеничная*	15	60	9	2	8	34	2,5	5	2	5	10	10	10,0	0	3,0	2,3	1,0	10	10	10,0	10,0	33,0	3,0	170	9	95	
4	Крупы, бобовые	45	60	27	83	0	50	25	53	36	51	0	35	81	25	20	0	0	0	25	25	0	54	35	597	28	104	
5	Макаронные изделия***	15	60	9	0	16	0	53	20	0	14	0	0	0	0	0	0	0	16	0	0	13	0	53	186	9	103	
6	Картофель (netto)	188	60	113	50	169	25	70	25	181	75	40	218	60	225	50	75	170	168	167	103	188	30	70	2158	108	95	
7	Овощи свежие, зелень (netto)	280	60	168	81	139	153	34	92	92	165	86	145	30	128	276	87	57	147	114	201,00	131	164	124	2445	160	95	
8	Фрукты (плоды) свежие***	185	60	111	200	220,0	0	15	20	220	20	100	220	220	200	0	150	220	20	200	200	170	20	20	2215	105	95	
9	Фрукты (плоды) сухие	15	60	9	20	0	15	0	20	0	0	0	0	0	20	20	20	0	0	20	20	0	20	0	177	9	98	
10	Сахар	40	60	24	31	25	20	20	20	24,0	20	20	25	20	20	20	27	27	25	25	20	25	20	20	454	23	95	
11	Кондитерские изделия	10	60	6	0	15	20	0	15	0	15	0	15	0	15	15	0	0	0	0	0	15	0	0	110	6	96	
12	Какао***	1,2	60	1	1,6	0	0,0	0	1,6	2,0	0	0	2	1	0	2	2	0	2	0	0	0	2	0	15	1	103	
13	Чай	0,4	60	0	0	0,0	0,5	0	0,0	0,0	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,0	0,5	0,5	0,0	0,5	0,5	0,0	0,0	0,0	5	0,25	102	
14	Мясо жилованное	70	60	42	0	37	24	0	0	25	56	56	0	54	84	20	92	64	24	0	58	0	51	72	716	36	95	
15	Куры 1 категории	35	60	21	12	49	0	63	99	0	24	0	0	0	26	0	12	0	34	18	0	18	43	0	399	20	95	
16	Колбаса	14,7	60	9	13	0	50	0	26	0	0	0	0	15	0	50	26	0	0	0	0	0	1	0	186	9	105	
17	Рыба (Филе)	58	60	35	96	0	0	24	109	0	0	0	72	0	0	0	0	24	46	128	0	59	0	48	606	30	95	
18	Молоко (массовая доля 2,5,3,2%)	300	60	180	196	223	255	146	185	219	127	73	223	146	100	270	146	223	146	146	146	222	100	146	3291	165	95	
19	Творог (массовая доля 9%)	50	60	30	0	120	0	0	0	0	140	0	0	0	0	140	0	56	0	0	0	0	120	0	576	29	97	
20	Сметана (массовая доля 15%)	10	60	6	8	13	5	12	5	13	0	5	0	5	5	6	13	0	10	3	5	0	13	0	119	6	99	
21	Сыр****	10	60	6	9	0	0	15	0	11	0	0	10	0	9	14	11	0	15	11	11	0	0	11	116	6	95	
22	Масло сливочное	30	60	18	16	17	15	15	10	15	10	15	10	15	15	12	10	14	20	20	24	15	21	20	340	17	96	
23	Масло растительное	15	60	9	10	10	9	10	10	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	4	172	9	95	
24	Яйцо диетическое****	40	60	24	0	2	25,0	0	0	0	5	133	0	43	0	5	98	40	3	0	1	5	13	76	450	22	95	
25	Дрожжи хлебопекарные	1	60	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	98	
26	Соль	5	60	3	2,9	2,9	3,0	2,8	2,8	2,8	2,8	3,0	3,0	3,0	2,8	2,8	2,8	2,8	2,8	2,8	2,8	2,8	2,8	2,8	57	3	95	

* - ввиду отсутствия в рационе питания хлебобулочных изделий собственного производства производится перерасчет в соответствии с Приложением 6
"Таблица замены продуктов по белкам и углеводам"

*** коэффициент нититокислотности в какао

**** макаронные изделия исключены в какао

***** курица исключена в норме потребления фруктов согласно с Приложением 6 "Таблица замены продуктов по белкам и углеводам" 8 день

***** яйцо куриное исключено в норме потребления рыбы согласно с Приложением 6 "Таблица замены продуктов по белкам и углеводам" 5 день

***** сыр исключен в норме потребления молока согласно с Приложением 6 "Таблица замены продуктов по белкам и углеводам" 3, 10, 13, день

Аннотация

Примерное 20 – ти дневное меню завтраков и обедов разработано для питания детей с ограниченными возможностями здоровья школьного возраста с 7 до 11 лет. Нормы потребления рассчитаны в соответствии с Приложением 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом готовом блюде и кулинарном изделии, витаминах и минеральных веществах.

Меню разработано на основании Сборников технологических нормативов и в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть –М.: Хлебпродинформ, 1996г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах –М.: Хлебпродинформ, 2004г.;
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва, 2006г.
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, -М.: Дели принт, 2011г.

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по технологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при соблюдении санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории;
- Мясо птицы;
- Колбасные изделия (сосиски, сардельки, колбаса вареная);
- Рыба мороженая, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%;
- Яйцо куриное пищевое средней массы 40г без скорлупы;
- Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с Приложением № 24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г.;

- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.
- При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использована таблица №26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

В меню использованы хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а так же инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно – минеральными премиксами.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- При изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционное мясо обязательно подвергается вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- Порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите не более 1 часа;
- При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- При изготовлении картофельного или овощного пюре следует использовать механическое оборудование;
- Масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);
- Яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды, рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц или в качестве компонента в составе блюд;
- Омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 градусов, слоем не более 2,5-3 см.; запеканки - 20-30 минут при температуре 180-220 градусов слоем не более 3-4 см.; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше +4 градусов;
- Вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- Гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении 1:6) без последующей промывки;
- Салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2 –х часов с момента изготовления, либо в изотермической таре в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов.

Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 градусов, вторые блюда и гарниры – не ниже 65 градусов, холодные супы и напитки – не выше 14 градусов.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализоваться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре +2+6 градусов не более 30 минут.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При приготовлении блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару и в пароконвектомате. При приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную витаминизацию холодных напитков (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии с санитарными нормами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

В соответствии с временными рекомендациями «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах» утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ № 138 от 13.09.2006г.), СанПин 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2.12.1:

- Томатное пюре, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов использовать после термической обработки.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса, не являющимися закусочными консервами.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

в приготовлении блюд использовать только йодированную соль, соответствующую требованиям государственных стандартов.

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий. Ассортимент кондитерских изделий, разрешенных в питании детей, указан во временных рекомендациях «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах», утвержденных Главным государственным врачом по Тюменской области (приказ № 138 от 13.09.2006г.)

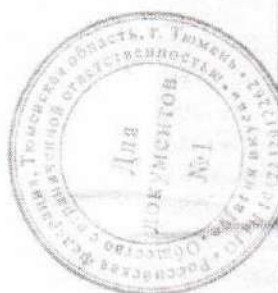
Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий

Наименование специй		Соль, г	Лавровый лист, г
Блюда	1. Холодные блюда (на порцию)	2	5
	2. Супы (на 1000 г)	2—3	0.01
	3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	6—10	0.04
	4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)	10	—
	гречневая каша:		
	расщипчатая из ядрицы		
	вязкая		
	пшеничная каша:		
	расщипчатая		
	вязкая		
	рисовая каша:		
расщипчатая			
вязкая			
25			
40			
28			
45			
30			
45			
40			
45			
30			
35			
3—4			
30			
0.25			
10			
3			
4			
3—5			
0.02			
0.01			
0.02			
0.02			

1. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	9.
2. Блюда из мяса (на 1 порцию)	10.
3. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	11.

Норма закладки соли в основные блюда	
--------------------------------------	--

1 Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.



В журнале пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью

48 листов