

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Генеральный директор

МУП «КШП №1» МО г.

Краснодар

*А.Н. Худобин*

**«СОГЛАСОВАНО»**

Начальник лагеря дневного

пребывания

*Н.И. Ющенко*

**Муниципальное унитарное предприятие  
«Комбинат школьного питания № 1»  
муниципального образования город Краснодар**

***Основное (организованное) меню  
для лагерей с дневным  
пребыванием детей  
в период каникул  
с двухразовым питанием  
(Возрастная категория 12 – 18 лет)***

2022 год

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

*Введение*

*Основное меню для детей от 12-18 лет*

*Приложение*

*Список литературы*

# ВВЕДЕНИЕ:

Сборник «Основное (организованное) меню» (далее по тексту Сборник) предназначен для предприятий общественного питания города Краснодара, обеспечивающих питание школьников всех организационно-правовых форм хозяйствования.

Сборник разработан специалистами МУП «Комбинат школьного питания №1» муниципального образования город Краснодар и является техническим документом при организации питания учащихся образовательных учреждений.

Сборник составлен на основе наиболее распространённых традиционных блюд и кулинарных изделий в организации питания учащихся.

Данное пособие подготовлено на основании рекомендаций **СанПиН 2.3/2.4.3590-20** «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Сборник содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности в каждом блюде.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 1. Завтрак:</b>					
14-07	Масло (порциями)	20	0,16	14,50	0,26	20
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200/10	30,32	22,92	47,50	522,31
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,70	15,95	200
ТК	Кондитерское изделие	20	1,90	4,50	31,40	104,00
ТК	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>42,09</b>	<b>46,72</b>	<b>147,39</b>	<b>1117,87</b>
386-07	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	<b>День 1. Обед:</b>					
27-011	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,00	7,10	4,20	86,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	50/200	2,00	2,40	14,80	90,00
249-16	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	250	25,00	7,25	18,50	300,00
389-07	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>36,43</b>	<b>18,60</b>	<b>102,56</b>	<b>787,27</b>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<i>День 2. Завтрак:</i>					
15-07	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
182-11	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным	200/5	4,62	17,22	44,10	361,20
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
410-07	Ватрушка с творогом	75	8,80	2,60	30,30	180,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<i>Итого:</i>	<i>580</i>	<i>24,03</i>	<i>27,20</i>	<i>131,00</i>	<i>856,96</i>
386-07	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	<i>День 2. Обед:</i>					
85-07	Борщ зеленый со сметаной	250/10	2,48	2,35	21,54	110,19
468-04	Оладьи из печени	150	28,20	25,65	10,35	388,50
520-04	Пюре картофельное	180	0,40	0,61	2,92	18,18
348-07	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,78	0,05	27,63	114,80
ТК	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	0,48	0,48
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<i>Итого:</i>	<i>1000</i>	<i>39,87</i>	<i>30,99</i>	<i>109,80</i>	<i>867,10</i>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<i>День 3. Завтрак:</i>					
71-07	Помидоры свежие	100	1,10	0,20	3,80	22,00
ТК	Птица запеченная	110	14,96	24,97	23,54	241,34
508-04	Каша рассыпчатая	180	5,76	5,32	37,08	220,32
ТК	Какао с молоком	200	3,80	3,90	25,80	148,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<i>Итого:</i>	<b>660</b>	<b>31,52</b>	<b>35,85</b>	<b>126,82</b>	<b>815,42</b>
	<i>День 3. Обед:</i>					
20-07	Салат из свежих огурцов	100	0,80	6,10	3,60	67,00
148-04	Суп-лапша домашняя	250	2,90	4,90	15,30	115,00
443-04	Плов из говядины	200	21,60	21,20	37,73	349,33
ТК	Витаминизированный напиток	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<i>Итого:</i>	<b>970</b>	<b>34,33</b>	<b>34,65</b>	<b>136,39</b>	<b>913,10</b>

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 4. Завтрак:</b>					
ТК	Ассорти из овощных палочек (огурец, морковь, сладкий перец)	40/30/30	1,15	0,10	4,26	26,30
310-16	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	380,00
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
ТК	Кондитерское изделие	25	2,38	5,63	39,25	130,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>20,70</b>	<b>27,81</b>	<b>137,51</b>	<b>780,06</b>
	<b>День 4. Обед:</b>					
109-04	Борщ со сметаной	250/10	3,34	5,00	7,90	85,00
377-04	Рыба жареная	110	33,00	33,24	3,30	233,20
518-04	Картофель отварной с зеленью укропа	175/5	3,62	7,22	28,72	196,72
389-07	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>48,39</b>	<b>47,31</b>	<b>104,98</b>	<b>826,19</b>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<i>День 5. Завтрак:</i>					
15-07	Сыр (порциями)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
181-11	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/5	5,96	10,46	31,61	245,00
ТК	Какао с молоком	200	3,80	3,90	25,80	148,00
410-07	Ватрушка с курагой	75	4,40	2,30	45,30	220,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>25,86</b>	<b>25,50</b>	<b>139,31</b>	<b>886,76</b>
386-07	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	<i>День 5. Обед:</i>					
43-04	Салат из белокочанной капусты	100	1,40	5,10	8,90	88,00
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,25	167,00
282-16	Гуляш из говядины	50/50	12,30	12,20	3,90	131,00
203-11	Макароны отварные с маслом сливочным	180	12,18	14,33	30,70	301,00
ТК	Витаминизированный напиток	200	1,00	0,00	24,40	101,60
ТК	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>1070</b>	<b>41,21</b>	<b>39,68</b>	<b>151,73</b>	<b>1094,05</b>



№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 6. Завтрак:</b>					
71-07	Помидоры свежие	100	1,10	0,20	3,80	22,00
211-11	Омлет с сыром и маслом сливочным	190/10	24,71	35,78	21,00	486,50
ТК, 684-04	Чай с молоком	150/50/10	1,40	1,60	17,70	91,00
ТК	Кондитерское изделие	20	1,90	4,50	31,40	104,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>35,01</b>	<b>43,54</b>	<b>110,50</b>	<b>887,26</b>
386-07	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	<b>День 6. Обед:</b>					
58-16	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,83	1,37	16,83	199,83
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
284-17	Запеканка картофельная с печенью	200	20,39	16,51	25,13	341,33
355-07, ТК	Кисель из плодов сушеных	200	0,89	0,06	32,75	154,60
ТК	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00

	<b>Итого:</b>	<b>1000</b>	<b>33,48</b>	<b>24,82</b>	<b>149,68</b>	<b>1104,92</b>
--	---------------	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 7. Завтрак:</b>					
15-07	Сыр (порциями)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
223-17	Запеканка из творога со сметаной	200/10	35,67	23,60	34,11	521,43
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,70	15,95	100,60
ТК	Кондитерское изделие	20	1,90	4,50	31,40	104,00
ТК	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>655</b>	<b>52,96</b>	<b>40,16</b>	<b>130,80</b>	<b>1060,89</b>
	<b>День 7. Обед:</b>					
71-07	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00
138-04	Суп картофельный с крупой	250	0,25	3,00	18,30	113,00
451-04	Биточек из говядины	100	16,50	24,20	14,32	344,00
225-04	Рагу овощное с баклажанов	180	2,52	11,16	12,48	133,20
389-07	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>28,40</b>	<b>40,31</b>	<b>112,06</b>	<b>913,47</b>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<i>День 8. Завтрак:</i>					
23-17	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,10	6,00	80,00
ТК	Гречка "По-Кубански"	200	28,85	10,40	79,73	517,68
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
ТК	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<i>Итого:</i>	<i>740</i>	<i>36,56</i>	<i>18,62</i>	<i>158,01</i>	<i>916,64</i>
389-07	Кисломолочный продукт	200	6,44	5,56	8,89	111,11
	<i>День 8. Обед:</i>					
ТК	Ассорти из овощных палочек (огурец, морковь, сладкий перец)	40/30/30	1,15	0,10	7,17	26,30
140-04	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,20	2,50	21,10	121,00
ТК	Рыба запеченная	110	17,82	16,61	4,84	235,97
520-04	Пюре картофельное	180	0,40	0,61	2,92	18,18
ТК	Компот из вишни	200	0,00	0,00	28,00	112,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<i>Итого:</i>	<i>930</i>	<i>30,10</i>	<i>21,67</i>	<i>110,91</i>	<i>748,40</i>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 9. Завтрак:</b>					
71-07	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00
15-07	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	190/10	19,29	31,26	3,60	372,78
ТК, 684-04	Чай с молоком	150/50/10	1,40	1,60	17,70	91,00
ТК	Рулет с изюмом	75	6,00	5,93	41,40	243,75
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>37,93</b>	<b>46,25</b>	<b>101,20</b>	<b>975,29</b>
389-07	Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,00	100,00
	<b>День 9. Обед:</b>					
71-07	Помидоры свежие	100	1,10	0,20	3,80	22,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
436-04	Жаркое по-домашнему	200	17,80	9,80	21,60	250,00
389-07	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>31,33</b>	<b>16,15</b>	<b>108,48</b>	<b>709,75</b>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 10. Завтрак:</b>					
182-07	Каша молочная жидкая из рисовой крупы с маслом сливочным	200/5	4,51	16,81	43,05	352,60
ТК	Зразы из творога с курагой со сметаной	150/15	22,47	23,11	52,01	507,57
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,70	15,95	100,60
ТК	Кондитерское изделие	20	1,90	4,50	31,40	104,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>37,95</b>	<b>48,58</b>	<b>179,01</b>	<b>1248,53</b>
ТК	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
	<b>День 10. Обед:</b>					
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/50	7,80	6,00	20,30	164,00
235-07	Шницель рыбный натуральный	100	17,80	5,60	3,20	136,00
216-04	Картофель тушеный	180	4,28	11,98	34,62	217,80
ТК	Витаминизированный напиток	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/25	5,13	1,45	28,88	150,95
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>38,41</b>	<b>25,43</b>	<b>125,20</b>	<b>837,55</b>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 11. Завтрак:</b>					
71-07	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00
492-04	Плов из птицы	200	22,00	15,73	37,87	378,67
355-07, ТК	Кисель из плодов сушеных	200	0,89	0,06	32,75	154,60
ТК	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ТК	Лаваш "Кубанский"	30	3,08	0,87	17,33	90,57
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>29,07</b>	<b>17,66</b>	<b>118,05</b>	<b>769,34</b>
389-07	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	<b>День 11. Обед:</b>					
43-04	Салат из белокочанной капусты	100	1,40	5,10	8,90	88,00
108-17	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,60	18,54	144,25
431-04	Печень по-строгановски	65/35	15,44	15,11	4,33	216,67
203-11	Макароны отварные с маслом сливочным	180	12,18	14,33	30,70	301,00
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/30	6,16	1,74	34,66	181,14
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/25	3,00	0,50	22,50	105,00
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>41,81</b>	<b>41,40</b>	<b>139,63</b>	<b>1096,06</b>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<i>День 12. Завтрак:</i>					
ТК	Сырники из творога с изюмом и сметаной	200/10	38,85	10,24	41,87	414,75
ТК, 684-04	Чай с молоком	150/50/10	1,40	1,60	17,70	91,00
ТК	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ТК	Лаваш "Кубанский"	30	3,08	0,87	17,33	90,57
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<i>Итого:</i>	<i>630</i>	<i>45,73</i>	<i>13,61</i>	<i>105,10</i>	<i>729,82</i>
	<i>День 12. Обед:</i>					
130-04	Рассольник	250	2,10	4,50	13,60	104,00
ТК	Котлета "Школьная"	100	14,70	11,10	12,70	210,00
344-16	Картофель, запеченный с укропом	175/5	5,21	11,35	23,70	225,12
389-07	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/30	6,16	1,74	34,66	181,14
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/25	3,00	0,50	22,50	105,00
	<i>Итого:</i>	<i>820</i>	<i>32,07</i>	<i>29,19</i>	<i>125,34</i>	<i>901,58</i>

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 13. Завтрак:</b>					
71-07	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00
15-07	Сыр (порциями)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	190/10	19,29	31,26	3,60	372,78
ТК, 684-04	Чай с молоком	150/50/10	1,40	1,60	17,70	91,00
ТК	Кондитерское изделие	20	1,90	4,50	31,40	104,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	30	3,08	0,87	17,33	90,57
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>33,37</b>	<b>45,91</b>	<b>80,93</b>	<b>802,35</b>
389-07	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90,00
	<b>День 13. Обед:</b>					
23-07	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,10	6,00	80,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,30	5,30	13,00	108,00
234-07	Котлета рыбная из филе минтая	100	13,45	17,09	10,55	249,09
ТК	Ризотто с овощами	180	4,85	9,58	39,42	253,80
389-07	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/30	6,15	1,74	34,65	181,14
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/25	3,00	0,50	22,50	105,00
	<b>Итого:</b>	<b>920</b>	<b>31,75</b>	<b>40,31</b>	<b>144,30</b>	<b>1053,35</b>



№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>День 14. Завтрак:</b>					
ТК	Ассорти из овощных палочек (морковь, огурец, перец сладкий)	40/30/30	1,15	0,10	7,17	26,30
ТК	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,72	534,00
203-11	Макароны отварные с маслом сливочным	180	6,55	6,95	36,55	234,84
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	60,00
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/20	4,10	1,16	23,10	120,76
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>20,97</b>	<b>16,13</b>	<b>132,04</b>	<b>1038,90</b>
	<b>День 14. Обед:</b>					
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
451-04	Шницель говяжий	100	16,50	24,20	14,32	344,00
214-04	Капуста тушеная	180	4,87	8,47	19,27	169,20
ТК	Кисель из вишни	200	0,13	24,50	0,04	117,00
ТК	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
ТК	Лаваш "Кубанский"	2/30	6,15	1,74	34,65	181,14
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,40	0,40	18,00	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>980</b>	<b>36,85</b>	<b>65,51</b>	<b>123,28</b>	<b>1132,84</b>
	<b>Итого за весь период:</b>		<b>1022,38</b>	<b>967,76</b>	<b>3617,78</b>	<b>26698,03</b>
	<b>Среднее значение за период:</b>		<b>73,03</b>	<b>69,13</b>	<b>258,41</b>	<b>1907,00</b>

## ПРИЛОЖЕНИЕ:

Фактический рацион питания должен соответствовать утвержденному примерному меню. В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов, что должно быть подтверждено необходимыми расчетами. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

**Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности**

<b>Вид пищевой продукции</b>	<b>Масса, г</b>	<b>Вид пищевой продукции-заменитель</b>	<b>Масса, г</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина II кат.	97
		Конина I кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5 %	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина I кат.)	14
		Мясо (говядина II кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105

**Продолжение таблицы**

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Яйцо куриное (1 шт.)	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктово-ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под общей редакцией М.П. Могильного, Изд-во ДеЛи принт, 2007.-628с.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной, изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639с.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под общей редакцией Ф.Л. Марчука, изд-во «Хлебпродинформ», 1996. – 616с.
4. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: справочник. Скурихин И.М., Тутельян В.А. – М.: ДеЛи принт, 2008. -356с.
5. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений / Под ред. В.Р. Кучмы, 2016г. – 316с.
6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
7. Техничко-технологические карты МУП «КШП №1» МО г. Краснодар на кулинарные изделия (или блюда).