



М.Я.Чаушева

2024 год

СОГЛАСОВАНО

Директор СОИИ



2024 год

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ**  
**(12-ти дневное)**  
**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН**  
**Сезон: зимний**  
**Возраст: от 12 лет и старше**  
**В том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)**

Меню за обед:	1820	28,3	26,8	118,4	816
Меню за день:	1370	47,8	44,9	212,1	1433,5

- \* - допускается выдача иных фруктов
- \*\* - допускается выдача иных овощей
- \*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 1</b>								
завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И	250	9,5	12	39,9	307,5	175	2011
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ПРЯНИКИ***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>19,3</b>	<b>18,1</b>	<b>93,7</b>	<b>617,5</b>	
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	4,4	7	75	95	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	120	12,1	15	12,5	223,2	279	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
<b>Итого за обед:</b>		<b>1020</b>	<b>28,3</b>	<b>26,8</b>	<b>118,4</b>	<b>816</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1570</b>	<b>47,6</b>	<b>44,9</b>	<b>212,1</b>	<b>1433,5</b>		

\* - допускается выдачи иных фруктов

\*\* - допускается выдачи иных овощей

\*\*\*- допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 2								
завтрак	<b>ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)</b>	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	<b>ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА</b>	100	10,6	13,2	14,3	218,5	321	2016
	<b>СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ</b>	30	0,3	1	1,4	15,5	419-	2021
	<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ</b>	180	4,9	4,7	30	181,8	225	2021
	<b>ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ</b>	200	0,3	0,1	21,7	89,9	467	2016
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ</b>	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>670</b>	<b>21,5</b>	<b>19,7</b>	<b>96,8</b>	<b>651,5</b>		
обед	<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ</b>	100	1,3	6,1	6,2	84,2	31	2021
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b>	250	6,3	3,6	14,6	115,8	113	2021
	<b>ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ</b>	120	10,4	9,7	13,1	182,4	239-	2011
	<b>КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ</b>	180	3,9	5,7	27,1	176,5	145	2011
	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ</b>	45	3,4	0,4	22,1	105,3	573	2021
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
<b>Итого за обед:</b>		<b>935</b>	<b>31,8</b>	<b>29</b>	<b>112,9</b>	<b>840,6</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1605</b>	<b>53,3</b>	<b>48,7</b>	<b>209,7</b>	<b>1492,1</b>		

\*\* - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 3								
завтрак	<b>ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры **</b>	100	0,7	0,1	1,9	11	148	2021
	<b>ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные</b>	110	9,5	11	12	166,5	486-	2021
	<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ п</b>	180	4,9	7,2	10,4	126,1	377	2021
	<b>СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ттк</b>	30	0,3	1	1,4	15,5	419-	2021
	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ</b>	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>680</b>	<b>20,6</b>	<b>20</b>	<b>73,5</b>	<b>537,9</b>		
обед	<b>САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ</b>	110	1,3	0,2	8,1	43,3	56	2011
	<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ</b>	250	2,6	5,1	13,3	109,5	100	2021
	<b>РАГУ ИЗ СВИНИНЫ</b>	220	14,7	19,2	32,8	473,8	263	2011
	<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ</b>	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ</b>	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
	<b>ПРЯНИКИ***</b>	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
	<b>Итого за обед:</b>	<b>880</b>	<b>26,1</b>	<b>26,5</b>	<b>128,5</b>	<b>973,8</b>		
	<b>Итого за день:</b>	<b>1560</b>	<b>46,7</b>	<b>46,5</b>	<b>202</b>	<b>1511,7</b>		

\*\* - допускается выдачи иных овощей

\*\*\*- допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 4								
завтрак	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные	200	15,9	15,9	47,4	396	286-	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за завтрак:		565	21,5	18,2	97,6	638,5		
обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,2	5,1	5,5	73	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,5	3,9	11,1	89,3	128	2021
	МЯСО ТУШЕНОЕ	100	10,6	18,2	2,6	305	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	3,5	27,7	154,5	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	55	4,2	0,4	27,1	128,7	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за обед:		1045	27,2	32,3	111,3	925,7		
Итого за день:		1610	48,7	50,5	208,9	1564,2		

\* - допускается выдачи иных фруктов

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	6	8,2	94	9	2021
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ	200	13,9	15	35,8	327,6	375-	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2,3	12,2	79,2	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*	100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021
Итого за завтрак:		640	23,4	24,1	91,4	673,6		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	4,4	7	75	95	2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-	110	13,8	16,7	8,9	292	297	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ	200	5,5	7,7	31,8	150,5	400-	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за обед:		950	30	30,1	110,2	813,9		
Итого за день:		1590	53,4	54,2	201,6	1487,5		

\* - допускается выдачи иных фруктов

\*\* - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

суббота

Прием пи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 6								
завтрак	<b>ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)</b>							
	помидоры **	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	130	11,2	15,7	11,1	258,7	274	2011
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,6	5,3	30,6	180	324	2008
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>670</b>	<b>19,3</b>	<b>21,8</b>	<b>82</b>	<b>629,5</b>		
обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	100	1,9	8,9	7,7	118	150	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ пшенной	250	2	2,7	12,1	85,8	101	2011
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	12,8	4,1	5,9	112,6	308	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	200	4,3	13,1	32,6	266,1	142	2011
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
<b>Итого за обед:</b>		<b>930</b>	<b>27,9</b>	<b>30</b>	<b>112,3</b>	<b>836,5</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1600</b>	<b>47,2</b>	<b>51,8</b>	<b>194,3</b>	<b>1466</b>		

\*\* - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 1</b>								
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная	250	10,25	8	46,12	299,37	223	2021
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,3	3	0	35,8	75	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>22,15</b>	<b>22,1</b>	<b>95,72</b>	<b>671,27</b>		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	2,7	3,5	9,4	80	115	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	16	27,5	37,3	518,2	259	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,3	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
	<b>Итого за обед:</b>	<b>970</b>	<b>26,7</b>	<b>32,5</b>	<b>114,4</b>	<b>914,6</b>		
	<b>Итого за день:</b>	<b>1520</b>	<b>48,85</b>	<b>54,6</b>	<b>210,12</b>	<b>1585,87</b>		

\* - допускается выдачи иных фруктов

\*\* - допускается выдачи иных овощей



сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 2								
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	100	0,7	0,1	1,9	11	148	2021
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	110	11,9	11,2	15	304,3	326	2016
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	30	0,3	1	1,4	15,5	419-	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>670</b>	<b>23,6</b>	<b>18,8</b>	<b>87,5</b>	<b>708,6</b>		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	1	6,1	7,5	89	22	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	4,4	7	75	95	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	12,8	4,1	5,9	112,6	308	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	200	4,3	13,1	32,6	266,1	142	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,3	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
<b>Итого за обед:</b>		<b>935</b>	<b>26,8</b>	<b>28,9</b>	<b>114,9</b>	<b>828,4</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1605</b>	<b>50,4</b>	<b>47,7</b>	<b>202,4</b>	<b>1537</b>		

\*\* - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 3								
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	100	1,9	8,9	7,7	118	150	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	16,6	13,4	4,6	268,2	268-	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	580	2021
Итого за завтрак:		660	23,6	24,1	75,6	675		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,4	6,1	7,6	91	26	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,3	3,6	14,6	115,8	113	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,9	4,7	30	181,8	225	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,3	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за обед:		925	30,5	29,3	111	818,9		
Итого за день:		1585	54,1	53,4	186,6	1493,9		

\* - допускается выдачи иных фруктов

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 4								
завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,8	6	2,6	68	16	2021
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120	10,4	9,7	13,1	182,4	'239-	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,9	7,2	10,4	126,1	377	2021
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за завтрак:		680	23	24,1	80,1	630,5		
обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	1,5	6	8,4	94,1	1	2021
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,6	5,1	13,3	109,5	100	2021
	ГУЛЯШ	110	11,7	15,3	4,2	320,5	260	2011
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	2,9	5,9	34	200,1	324	2008
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,3	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,6	0,7	18	92,7	574	2021
Итого за обед:		950	25,8	33,5	111,1	968,2		
Итого за день:		1630	48,8	57,6	191,2	1598,7		

Итого за день:

1630

48,8

57,6

191,2

1598,7

\* - допускается выдача иных фруктов

\*\* - допускается выдача иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	0,4	6,1	7,6	92	30	2021
	ПЛОВ из мяса	200	14.6	16.9	34.6	368	330	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.3	0.1	9.5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
Итого за завтрак:		650	19,6	24	84,3	655,4		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	4,4	7	75	95	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ	110	16,4	19,8	33,6	329,9	294-	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	3,5	27,7	154,5	223	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за обед:		1030	30,8	29,3	132,8	861,8		
Итого за день:		1680	50,4	53,3	217,1	1517,2		

\* - допускается выдачи иных фруктов

\*\* - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 12 лет и старше

суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 6								
завтрак	<b>ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)</b>	100	0.8	0.1	1.7	11	149	2021
	<b>КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С</b>	100	11.2	11.4	8.3	242.5	301-	2011
	<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>	180	6.7	5.9	35.5	221.4	256	2021
	<b>ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ</b>	200	0.3	0.1	21.7	89.9	467	2016
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ</b>	30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>630</b>	<b>22,9</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>676,2</b>		
обед	<b>САЛАТ ВИТАМИННЫЙ</b>	100	1.2	5.1	5.5	73	2	2021
	<b>СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ</b>	250	2.5	3.9	11.1	89.3	128	2021
	<b>РАГУ ИЗ СВИНИНЫ</b>	230	15.3	20.1	34.3	495.5	263	2011
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	200	2.8	2.5	13.6	88	465	2021
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ</b>	45	3.4	0.4	22.1	105.3	573	2021
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	25	2	0.4	10	51.5	574	2021
	<b>ПРЯНИКИ***</b>	20	1.1	0.9	14.8	73.2	581	2021
	<b>Итого за обед:</b>	<b>870</b>	<b>28,3</b>	<b>33,3</b>	<b>111,4</b>	<b>975,8</b>		
	<b>Итого за день:</b>	<b>1500</b>	<b>51,2</b>	<b>51,3</b>	<b>201,4</b>	<b>1652</b>		

\*\* - допускается выдачи иных овощей

\*\*\*- допускается выдача иных кондитерских изделий

<b>ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)</b>					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 6 дней (первая неделя) в среднем	629	20,93	20,32	89,17	624,75
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		23,26	22,08	23,28	22,97

<b>ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)</b>					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 6 дней (первая неделя) в среднем	960	28,55	29,12	115,60	867,75
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		31,72	31,65	30,18	31,90
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		24,97	23,75	22,33	24,61

**ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 6 дней (первая неделя) в среднем	1589	49,48	49,43	204,77	1492,50
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		54,98	53,73	53,46	54,87

**ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 6 дней (вторая неделя) в среднем	640	22,48	21,85	85,54	669,50
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		24,97	23,75	22,33	24,61

**ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 6 дней (вторая неделя) в среднем	947	28,15	31,13	115,93	894,62
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		31,28	33,84	30,27	32,89

**ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 6 дней (вторую неделю) в среднем	1587	50,63	52,98	201,47	1564,11
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		56,25	57,59	52,60	57,50



**ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 6 дней (вторая неделя) в среднем	947	28,15	31,13	115,93	894,62
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		31,28	33,84	30,27	32,89

**ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 6 дней (вторую неделю) в среднем	1587	50,63	52,98	201,47	1564,11
СанПиН 100 % суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		56,25	57,59	52,60	57,50

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност ь, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углерод ы, г	
1 ДЕНЬ	550	19,3	18,1	93,7	617,5
2 ДЕНЬ	670	21,5	19,7	96,8	651,5
3 ДЕНЬ	680	20,6	20	73,5	537,9
4 ДЕНЬ	565	21,5	18,2	97,6	638,5
5 ДЕНЬ	640	23,4	24,1	91,4	673,6
6 ДЕНЬ	670	19,3	21,8	82	629,5
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:</b>	<b>629,17</b>	<b>20,93</b>	<b>20,32</b>	<b>89,17</b>	<b>624,75</b>
7 ДЕНЬ	550	22,15	22,1	95,72	671,27
8 ДЕНЬ	670	23,6	18,8	87,5	708,6
9 ДЕНЬ	660	23,6	24,1	75,6	675
10 ДЕНЬ	680	23	24,1	80,1	630,5
11 ДЕНЬ	650	19,6	24	84,3	655,4
12 ДЕНЬ	630	22,9	18	90	676,2
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:</b>	<b>640,00</b>	<b>22,48</b>	<b>21,85</b>	<b>85,54</b>	<b>669,50</b>
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):</b>	<b>634,58</b>	<b>21,70</b>	<b>21,08</b>	<b>87,35</b>	<b>647,12</b>

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	1020	28,3	26,8	118,4	816
2 ДЕНЬ	935	31,8	29	112,9	840,6
3 ДЕНЬ	880	26,1	26,5	128,5	973,8
4 ДЕНЬ	1045	27,2	32,3	111,3	925,7
5 ДЕНЬ	950	30	30,1	110,2	813,9
6 ДЕНЬ	930	27,9	30	112,3	836,5
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:</b>	<b>960</b>	<b>28,55</b>	<b>29,12</b>	<b>115,60</b>	<b>867,75</b>
7 ДЕНЬ	970	26,7	32,5	114,4	914,6
8 ДЕНЬ	935	26,8	28,9	114,9	828,4
9 ДЕНЬ	925	30,5	29,3	111	818,9
10 ДЕНЬ	950	25,8	33,5	111,1	968,2
11 ДЕНЬ	1030	30,8	29,3	132,8	861,8
12 ДЕНЬ	870	28,3	33,3	111,4	975,8
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:</b>	<b>946,67</b>	<b>28,15</b>	<b>31,13</b>	<b>115,93</b>	<b>894,62</b>
<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):</b>	<b>953,33</b>	<b>28,35</b>	<b>30,13</b>	<b>115,77</b>	<b>881,18</b>

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:Делли принт, 2011. - 544 с.
2. Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп.и испр. - Пермь,2021. - 410 с.
3. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - Спб.: Речь, 2008. - 800 с.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУЗ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ»/ Под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы. - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.-361 с.
5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Центральный федеральный институт  
экспертной оценки качества образования

- Формирование единой системы оценки качества образования
- Развитие системы государственного управления образованием
- Развитие системы государственного управления образованием

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий федеральным  
центром экспертизы ФФЭО в Краснодарском крае  
и Республике Крым в Тимашевском филиале

М.П.

Чернов Ш.Б.

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 105/31

«28»

12

2023 года

по результатам экспертно-аналитической экспертизы  
поставки (различия качества) между 12-я высшей школы обучающихся в  
общественно-педагогических организациях дополнительного образования  
Александровский район, адрес: улица, возраст: от 12 лет и старше, в том числе дети с  
ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработчиком ИТТ Чурилова М.Б.

Привлечено экспертное учреждение: 28.02.2023 г. в 15.57ч.

Присвоено экспертному учреждению: 28.02.2023 г. в 14.37 ч.

1. Организация: Федеральное ИИТ «Федеральный ИИТ» адрес: ул. Гурьевская  
Самара ФФЭО филиал в Республике Крым в Краснодарском крае от 25.02.2023г.  
№ 114

2. Заведующий ИТТ Чурилова Марина Николаевна

Краснодарский адрес: 353861, Краснодарский край, г. Промышлен Ахтарск, ул.  
Красноармейская, 135, кв. 2

ИПИН: 23-1702169548

ОГРН: 41702169548

Фактический адрес: 353861, Краснодарский край, г. Промышлен Ахтарск, ул.  
Красноармейская, 135, кв. 2

3. Разработчик ИТТ Чурилова М.Б.

Краснодарский адрес: 353861, Краснодарский край, г. Промышлен Ахтарск, ул.  
Красноармейская, 135, кв. 2

Фактический адрес: 353861, Краснодарский край, г. Промышлен Ахтарск, ул.  
Красноармейская, 135, кв. 2

4. Цель экспертизы: на соответствие требованиям:

к ИИТ «Федеральный ИИТ» ФФЭО филиал в Республике Крым в Краснодарском крае  
общественно-педагогических организациях дополнительного образования  
Александровский район, адрес: улица, возраст: от 12 лет и старше, в том числе дети с  
ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработчиком ИИТ Чурилова М.Б.  
3. Перечень рассматриваемых материалов:

1. ИИТ «Федеральный ИИТ» ФФЭО филиал в Республике Крым в Краснодарском крае  
общественно-педагогических организациях дополнительного образования  
Александровский район, адрес: улица, возраст: от 12 лет и старше, в том числе дети с  
ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработчиком ИИТ Чурилова М.Б.

175 323

Тимашевский

352700, г. Тимашевск, ул. Коммунальная, 3 тел. 88618058345

Телефон: 2-4



4) Подержанная продукция, которая по доступности при организации поставки, - предметными могут выступать по 5.1.9 приложения № 5 СашПЭП 2.0.02.0.0590.201:

9) По мере необходимости требования по качеству сырья, более явным образом изложенной на странице 12, могут применяться к 1.2) требованиям №10 приложения 1 СашПЭП 2.0.02.0.0590.201:

Наименование	Жесткость изделий (в зависимости от типа изделия)	
	в кг/м <sup>2</sup>	в кг/м <sup>3</sup>
Материал изготовления (структура, вид изделия)		
Структурная жесткость (при отсутствии информации о жесткости изделия (структура, вид изделия) - жесткость материала (дерево, металл и т.п.))	200-250	250-350
<b>Дерево брусло</b>	<b>200</b>	<b>250-300</b>
<b>Виды изделий (металл, дерево, пластик и т.п.)</b>	<b>100-200</b>	<b>100-200</b>
<b>Ткань:</b>	<b>100-200</b>	<b>100-200</b>
<b>Третье сырье (дерево, металл, пластик, ткань и т.п.)</b>	<b>100-200</b>	<b>100-200</b>
<b>Средства</b>	<b>100-200</b>	<b>100</b>

10) Структурные требования к жесткости изделий, более явным образом изложенной на странице 12, могут применяться к 5) требованиям № 5 таблицы 3 СашПЭП 2.0.02.0.0590.201:

(по отношению к 12) могут применяться:

Наименование	Жесткость изделий (в зависимости от типа изделия)	
	в кг/м <sup>2</sup>	в кг/м <sup>3</sup>
<b>Дерево</b>	<b>50-500</b>	<b>500</b>
<b>Пластик</b>	<b>50-100</b>	<b>500</b>

11) По мере необходимости требования по качеству сырья, более явным образом изложенной на странице 12, могут применяться к 10) требованиям № 10 таблицы 3 СашПЭП 2.0.02.0.0590.201:

Горючие вещества для изделий 12) могут применяться:

Горючие вещества	Средняя плотность						Средняя плотность	Средняя плотность
	1	2	3	4	5	6		
Средняя плотность	0,02	0,03	0,04	0,05	0,06	0,07	0,08	0,09
Средняя плотность = 0,03 кг/м <sup>3</sup> , 0,04 кг/м <sup>3</sup> , 0,05 кг/м <sup>3</sup> , 0,06 кг/м <sup>3</sup> , 0,07 кг/м <sup>3</sup> , 0,08 кг/м <sup>3</sup> , 0,09 кг/м <sup>3</sup>								

2) Горючие вещества:

Горючие вещества	Средняя плотность						Средняя плотность	Средняя плотность
	1	2	3	4	5	6		
Средняя плотность	0,02	0,03	0,04	0,05	0,06	0,07	0,08	0,09
Средняя плотность = 0,02 кг/м <sup>3</sup> , 0,03 кг/м <sup>3</sup> , 0,04 кг/м <sup>3</sup> , 0,05 кг/м <sup>3</sup> , 0,06 кг/м <sup>3</sup> , 0,07 кг/м <sup>3</sup> , 0,08 кг/м <sup>3</sup> , 0,09 кг/м <sup>3</sup>								

Горючие вещества для изделий 12) могут применяться:

Горючие вещества	Средняя плотность						Средняя плотность	Средняя плотность
	1	2	3	4	5	6		
Средняя плотность	0,02	0,03	0,04	0,05	0,06	0,07	0,08	0,09
Средняя плотность = 0,02 кг/м <sup>3</sup> , 0,03 кг/м <sup>3</sup> , 0,04 кг/м <sup>3</sup> , 0,05 кг/м <sup>3</sup> , 0,06 кг/м <sup>3</sup> , 0,07 кг/м <sup>3</sup> , 0,08 кг/м <sup>3</sup> , 0,09 кг/м <sup>3</sup>								

Экспертное заключение

