

**Автономная некоммерческая организация «Стандарты социального питания»**

**МЕНЮ ГОРЯЧИХ ОБЕДОВ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 7-11 ЛЕТ  
В г.ч. С ОВЗ и детей-инвалидов  
с 01.09.2022г. (сезон осень-зима)**

**2022 г.**



		Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А	Д	Вит. (мг)	Кальций (мг)	Магний (мг)	Кальций (мг)	Кальций (мг)	Иод (мг)	Фтор	Селен	
214	Капустя тушеная 150 с сентября	150	3,71	4,67	16,66	123,00	0,07	0,09	2,60	0,10	0,00	102,33	68,66	25,23	1,34	86,64	0,03	0,00	0,00
648	Хлеб из плодово-ягодного концентрата 200	200	0,00	0,00	8,98	83,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18	0,00	0,00	0,03	0,27	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,04	0,32	21,32	96,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	37,20	0,01	0,00	0,00
	Хлеб ржаной гидроованный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	11,26	31,68	11,76	0,94	29,32	0,01	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>719,00</b>	<b>21,33</b>	<b>27,00</b>	<b>86,29</b>	<b>702,00</b>	<b>0,29</b>	<b>0,31</b>	<b>4,17</b>	<b>1,19</b>	<b>0,00</b>	<b>297,99</b>	<b>379,60</b>	<b>70,76</b>	<b>5,92</b>	<b>319,69</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>День 8 (среда)</b>																		
135	Суп/пшенный из овощей со сметаной 200/5 с сентября	205	1,77	5,69	15,09	96,00	0,07	0,08	2,10	0,20	0,00	60,60	150,13	20,73	0,74	36,00	0,01	0,00	0,00
480	Биточки из говядины, запеченные под сметанным соусом 80/30	120	10,62	7,51	17,03	192,00	0,13	0,10	1,21	1,00	19,00	163,40	204,88	17,44	0,11	94,29	0,03	0,00	0,01
464	Рис отварной с овощами	150	4,06	5,297	29,143	183,00	0,06	0,03	0,00	0,10	0,00	123,20	15,35	0,73	65,39	0,01	0,00	0,00	0,00
707	Сок фруктов 200	200	1,00	1,00	18,20	69,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	0,60	40,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,04	0,24	21,32	71,00	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	27,90	0,01	0,00	0,00
	Хлеб ржаной гидроованный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,00
326	Фрукты свежие (яблоки) 130	130	0,50	0,50	12,50	58,00	0,04	0,03	0,00	0,04	0,00	19,20	13,20	10,80	0,26	9,75	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>869,00</b>	<b>19,56</b>	<b>14,25</b>	<b>96,39</b>	<b>730,00</b>	<b>0,38</b>	<b>0,27</b>	<b>27,11</b>	<b>1,34</b>	<b>19,00</b>	<b>417,68</b>	<b>562,59</b>	<b>88,28</b>	<b>3,70</b>	<b>300,65</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>День 9 (четверг)</b>																		
126	Суп картофельный с клецками 200 с сентября	225	5,65	7,24	18,48	139,00	0,08	0,10	7,66	0,05	0,00	136,51	157,00	10,00	0,62	129,32	0,01	0,00	0,00
227	Рыба припущенная (филе минтай) 120/6	125	25,00	1,32	0,832	125,468	0,17	0,192	0,92	1,00	172,98	180,61	76,00	413,088	0,10	0,02	0,02	0,02	25
320	Пирог картофельный 150 с сентября	150	3,06	4,80	25,40	137,00	0,14	0,13	3,16	0,04	0,00	36,97	86,60	17,75	0,10	62,47	0,00	0,00	0,00
1133	Напиток из шиповника	200	0,66	0,09	32,01	60,00	0,01	0,07	0,00	0,00	0,00	32,50	23,44	17,46	0,70	11,64	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,04	0,24	21,32	71,00	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	27,90	0,01	0,00	0,00
	Хлеб ржаной гидроованный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,00
	Молоко 3,2% 200	200	5,60	6,40	9,40	116,00	0,08	0,30	2,60	0,06	0,00	240,00	180,00	28,00	0,12	29,20	0,01	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>964,00</b>	<b>44,64</b>	<b>19,082</b>	<b>118,86</b>	<b>671,00</b>	<b>0,554</b>	<b>0,63</b>	<b>13,416</b>	<b>1,148</b>	<b>172,98</b>	<b>643,868</b>	<b>580,22</b>	<b>89,17</b>	<b>2,90</b>	<b>282,87</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>25</b>
	<b>День 10 (пятница)</b>																		
71	Гоммадори свежие 60	60	0,80	0,10	1,60	13,00	0,02	0,02	15,00	0,03	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	14,10	0,00	0,00	0,00
147	Суп с макаронными изделиями и курицей на курином бульоне	225	13,25	21,55	18,23	359,00	0,16	0,21	4,00	0,07	0,00	42,73	131,17	20,11	0,24	133,62	0,01	0,00	0,00
297	Фрикадельки из филе куриной грудки с томатным соусом 50/50	100	12,50	13,14	14,82	198,00	0,11	0,14	5,00	1,00	0,80	144,64	153,66	15,60	0,17	192,90	0,01	0,00	0,01
302	Капша распыленная гречневая 143/6	180	3,51	6,01	30,98	157,00	0,05	0,03	0,00	0,10	0,00	123,20	123,20	15,35	0,73	65,39	0,01	0,00	0,00
692	Корфейный напиток на молоке 200	200	3,80	3,70	94,00	94,00	0,04	0,01	1,30	1,00	0,20	120,16	90,00	46,24	0,00	46,24	0,07	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный 30	30	2,40	0,24	16,00	107,00	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	9,00	29,25	6,30	0,50	41,85	0,01	0,00	0,00
	Хлеб ржаной гидроованный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>799,00</b>	<b>37,89</b>	<b>45,05</b>	<b>107,06</b>	<b>974,00</b>	<b>0,47</b>	<b>0,44</b>	<b>25,30</b>	<b>2,20</b>	<b>1,00</b>	<b>474,01</b>	<b>588,96</b>	<b>87,12</b>	<b>3,18</b>	<b>522,42</b>	<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>
	<b>Итого за день по СнилПл 2.3/2.4.3/90-20</b>																		
	Итого за день по СнилПл 2.3/2.4.3/90-20	77	79,00	335,00	2360,00	1,20	1,40	60,00	700,00	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	1100,00	0,10	3,00	0,03	
	иной 25 %	206,96	27,66	117,26	822,50	0,42	0,49	21,00	140,00	3,50	358,00	577,50	87,50	4,20	385,00	0,04	1,05	0,01	
	<b>Среднее за 10 дней (факт.)</b>	<b>28,92</b>	<b>27,53</b>	<b>112,69</b>	<b>770,09</b>	<b>0,39</b>	<b>0,43</b>	<b>20,07</b>	<b>151,07</b>	<b>19,43</b>	<b>306,83</b>	<b>519,73</b>	<b>81,12</b>	<b>3,81</b>	<b>351,70</b>	<b>0,07</b>	<b>0,16</b>	<b>0,01</b>	



СОГЛАСОВАНО  
 Директор образовательной организации \_\_\_\_\_

Директор Автономной некоммерческой организации  
 "Стандарты социального питания" \_\_\_\_\_

Таблица

Выполнения норм питания детей в соответствии с СанПин 2.3/2.4.3590-20

обед 7-11 лет 2022-2023 учебный год (осень-зима)

Наименование продуктов	Нормы на одного ребёнка в день (граммов) 30-35%%	Фактическое выполнение (граммов)	Выполнение норм питания после замены продуктов по таблице взаимозаменяемости
1	2	3	4
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	24,0-28,0	24,00	24,00
Хлеб пшеничный	45,0-52,5	45,7	45,7
Мука пшеничная	4,5-5,25	5	5
Крупы, бобовые	13,5-15,75	30	30
Макаронные изделия	4,5-5,25	6	6
Картофель	56,1-65,45	69	69
Овощи свежие, зелень	84,0-98,0	106	106
Фрукты (плоды) свежие	55,5-64,75	65	65
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	4,5-5,25	6	6
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	60,0-70,0	60,00	60,00
Мясо жилованное говядина I кат.	21,0-24,5	30	21,7
Цыпленок бройлеры потрошенные I кат.	10,5-12,25	33	18,8
Субпродукты	9,0-10,5	11	11
Рыба-филе	17,4-20,3	17,9	17,9
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	90,0-105,0	90	90

Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	45-52,5	-	
Творог (массовая доля жира не более 9%)	15,0-17,5	0	17,5
Сыр	3,0-3,5	2,1	2,1
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	3,0-3,5	4,0	4,0
Масло сливочное	9,0-10,5	9,1	9,1
Масло растительное	4,5-5,25	6	6
Яйцо, гр	12,0-14,0	1,18	14,0
Сахар	9,0-10,5	9,4	9,4
Кондитерские изделия	3,0-3,5	3	3
Чай	0,3-0,35	0,20	0,20
Какао	0,3-0,35		
Кофейный напиток	0,6-0,7	0,5	0,5
Дрожжи хлебопекарные	0,02-0,023	-	-
Крахмал	0,9-1,05	1,00	1,00
Соль пищевая поваренная	0,9-1,05	1,3	1,3
Специи	0,6-0,7	0,60	0,60

По таблице взаимозаменяемости СанПин 2.3/2.4.3590-20 приложение № 1 произведен перерасчет:

14,6 гр. пшцы на 14,16 гр. мяса

14,59 гр говядины = 17,5 гр творога

8,3 гр мяса на 12,8 гр яйца

Молоко питьеное используется в индивидуальной упаковке (тетра пак) ультра пастеризованное с трубочкой 200 мл.

**ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов и блюд кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ - М.: Изд-во «Хлебобродинформ», 2004.- 639с. Под ред. В.Т.Лапшиной.
2. И.М.Скүрихин, В.А.Тутельян, Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания/ М.: Изд-во «Делта принт» 2008.- 275с
3. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред.М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.- М.: Делта Принт, 2015.- 54с.

Директор АНО «ССП»



Д.В. Уральский