

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Глобус"



Л.П.Браташенко

Россия Краснодарский край

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ПЕРИОД: ОСЕНЬ**

2022 - \_\_\_\_ г.г.

**Возрастная категория: с 7 до 11 лет**

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2022 г.

10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1 - я неделя

ОСЕНЬ 2022 - \_\_ г.г.

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию									
<b>3 - й день</b>			<b>тефтели</b>			<b>соус в тефтели</b>			<b>картофель пюре /</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	
54-23/22	огурец свежий в нарезке	65	минтай б/г	95,583	67,00	мука пш.	1,1	1,1	картофель	140,80	105,60	
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/20	хлеб пш.	12,6	12,6	вода	13		молоко	19,2	18	
128-136 / 11	картофельное пюре / / овощи припущенные	120/30	молоко	6,64	6,64	томат	2,06	2,06	м/сливоч	3,6	3,6	
389/11	Напиток (из груши дички)	200	лук репчат.	16,2	12,6	сметана	1,8	1,8	соль	0,25	0,25	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	яйцо	0,094шт.	3,76	лук репчат.	1,03	0,875	/ овощи припущенные			
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	мука пш.	7,2	7,2	м/сливочное	2	2	капуста св.	41,7	33,3	
			соль	0,7	0,7	морковь	6,84	5,47	м/сливочное	0,9	0,9	
			м/растительное	4	4	лавр. / лист	0,02	0,02				
			огурец свежий в нарезку			соль	0,2	0,2				
			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>							
			огурец	73,45	65,00							
<b>ОБЕД</b>			<b>Суп из овощей</b>			<b>мясо тушёное</b>			<b>Икра свекольная</b>			
4-153/22	икра секольная	60	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	
ТК	Суп из овощей	200	капуста	20	16	говядина	96	83	свекла	56,2	45	
56/11	мясо тушёное	50 / 50	картофель	53,4	40	морковь	11,25	9	томат пюре	16,80	16,8	
03/11	каша вязкая ( ячневая )	150	морковь	10	8	лук репчат.	5	4	лук репчат.	13,5	10,8	
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200	горошек консерв	9,2	6	м/растительное	4	4	м/растительн	4,8	4,8	
			лук репчат.	9,6	8	томат пюре	2	2	сахар -песок	0,7	0,7	
ом.пр.	Хлеб пшеничный	50	м/сливочное	4	4	мука пш.	2	2	кислота лимон	0,3	0,3	
ом.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	соль	0,5	0,5	лавр./лист	0,001	0,001	соль	0,2	0,2	
К	Фрукты свежие (яблоко)	110	лавр./лист	0,008	0,008	Компот из смеси сухофруктов			каша вязкая ячневая			
			вода	150	150	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	
			говядина	2,356	2	смесь сух-в	26,8	25	ячневая	33,6	33,6	
			специи зелень сушёная		1,26	сахар	7	7	вода	117,49	117,49	
			Фрукты свежие			вода	200	200	м/сливочное	5	5	
			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>							
			яблоко	124,850	110							
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями</b>						<b>чай фруктовый</b>			
	Чай фруктовый	200	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	
	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	105	минтай б/г	84,970	58,00	м/растительн	3,5	3,5	чай	0,1	0,1	
			хлеб пш.	12,8	12,8	масса биточка 85 гр.			вода	50	50	
м.пр.	Печенье топленое молоко	10	молоко	5,9	5,9	Хлеб рж.пшеничный			20	сахар	0,5	0,5
			лук репчат.	16,98	13,2				вода	152	152	
			яйцо	0,094шт.	3,34				яблоко св.	33,75	30,5	
			мука пш.	6,81	6,81							
			сухарь панир	1,69	1,69							
			соль	0,8	0,8							

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1 - я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
<b>2-й день</b>			<b>плов с говядиной</b>						<b>Компот из смеси сухофруктов</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
54-3з/22	помидор свежий в нарезку	60	говядина	73,57	63,2	соль	1,1	1,1	сырьё		
265/11	Плов с говядиной	40/150	крупа рисовая	53,6	53,6	вода	112,6	112,6	смесь сух-в	15	15
ГТК	Компот из смеси сухофруктов	200	м/растительное	7	7	специи зелень сушёная	1,5		сахар	7	7
			лук репчат.	9	7,5	помидор свежий в нарезку			лимон /кислот	0,2	0,2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	морковь	23,75	19	сырьё	брутто	нетто	вода	200	200
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	томат	1,8	1,8	помидор	67,8	60			
<b>ОБЕД</b>			<b>Суп с макаронами</b>			<b>Омлет с птицей</b>			<b>Икра морковная</b>		
54-12з/22	Икра морковная	60	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
ГТК	Суп с макаронами	200	макароны	15,7	15,7	бедро кур на кост	26,800	15	морковь	56,2	45
ГТК	Омлет с птицей	160	морковь	11,25	9	помидоры св.	2,478	2,1	томат пюре	16,80	16,8
ГТК	Кофейный напиток с молоком	200	лук репчат.	9,6	8	сыр костромск	10,42	10	лук репчат.	13,5	10,8
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	м/сливочное	4	4	яйца шт./гр.	3 шт.	120	м/растительн	4,8	4,8
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	соль	0,6	0,6	молоко	45	45	сахар-песок	0,7	0,7
ГТК	Фрукты свежие (яблоко )	110	лавр./лист	0,008	0,008	соль	0,2	0,2	кислота лимон	0,3	0,3
			вода	190	190	м/сливочное	4	4	соль	0,2	0,2
			бедро птицы	2,356	2	<b>Фрукты свежие ( яблоко )</b>			<b>Кофейный напиток</b>		
						сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
						нарезка	124,850	110	Кофейный напиток	3,5	3,5
									сахар	15	15
									молоко	210	210
									вода	10	10
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>Кефир</b>			<b>Биточек рисовый с морковью</b>			<b>СОУС:</b>		
86/11	Кефир (м. д. ж. 2,5% )	180	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
83/11	Биточек рисовый с морковью	80/20	кефир	186,3	180	крупа рис	18,4	18,4	молоко	10	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30				вода	60,8	60,8	м/сливочное	0,9	0,9
						морковь	19,2	15,2	мука	0,9	0,9
						м/сливочное	1,6	1,6	ваниль	0,001	0,001
						яйца шт./гр.	0,04 шт.	1,6	соль	0,160	0,16
						сухари панир	2,4	2,4	вода	10	10
						м/растительное	4	4	сахар	1,6	1,6

взрослая категория: 7 - 11 лет

1 - я неделя

ОСЕНЬ 2022 - \_\_ г.г.

Наименование блюд		Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
<b>З А В Т Р А К</b>			Каша жидкая молочная из манной крупы			чай с сахаром			Фрукты свежие		
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	сырьё	брутто	нетто	чай	1	1	яблоко	113,500	100
			Крупа манная	29,45	29,45	вода	66	66			
ком.пр.	Печенье топленое молоко	25	молоко	119,36	119,36	сахар	7	7			
22	чай с сахаром	200	сахар	5,1	5,1	вода	150	150			
ком.пр.	Хлеб пшеничный	30	м/сливочное	10	10						
ком.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	соль	0,3	0,3						
	Фрукты свежие (яблоко)	100	вода	47,89	47,89						
<b>О Б Е Д</b>			Борщ с картофелем и свежей капустой			Печень по-строгановски			макароны отварные с овощами		
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
23/22	огурец свежий в нарезке	60	свекла	40	32	печень	126,4	105	макароны	36,8	36,8
	Борщ с картофелем и свежей капустой	200	капуста б/кач	21,25	17	м/растительное	8,4	8,4	морковь	26,2	21
			картофель	21,4	16	соус			томат пюре	9	9
22	макароны отварные с овощами	150	морковь	10	8	сметана	6,9	6,9	горошек конс	9,4	8,3
			лук репчат.	9,6	8	мука пш.	2,07	2,07	укроп	0,9	0,8
5/11	Печень по-строгановски	70/30	м/сливочное	4	4	вода	20,7	20,7	м/сливочное	9	9
	Какао с молоком витаминизированный	200	томат пюре	6	6	лавр./лист	0,001	0,001	соль	0,5	0,5
			сахар	1,3	1,3	соль	0,3	0,3	Какао с молоком витаминизированный		
ком.пр.	Хлеб пшеничный	50	лавр./лист	0,008	0,008	лук репчат.	7,14	6			
ком.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	соль	0,6	0,6	м/сливочное	0,6	0,6	овощи свежие в нарезке		
			вода	160	160	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			специи зелень сушёная	1,406	2	огурец	67,8	60	какао-пор	1,75	1,75
			говядина	2,356	2				молоко	200	200
									сахар	15	15
									вода	10	10
<b>П О Л Д Н И К</b>			чай с сахаром			сыр твёрдых сортов в нарезке			Фрукты свежие (бананы)		
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
ТК	чай с сахаром	180	чай	0,2	0,2	сырьё	брутто	нетто	нарезка	160	110
54-13/22	сыр твёрдых сортов в нарезке	10	вода	59,4	59,4	сыр полутвёрдый	10,4	10			
ком.пр.	Хлеб пшеничный	30	сахар	5	5						
ТК	Фрукты свежие (банан)	110	вода	140	140						

**10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ  
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1 - я неделя

ОСЕНЬ 2022 - \_\_ г.г.

Сборник	Наименование блюд	Выход	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
<b>4 - й день</b>			<b>Запеканка из творога с молоком сгущённым</b>						<b>чай с сахаром</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
223/11	Запеканка из творога с молоком сгущённым	135 / 15	творог	127,7	125	сметана	5,4	5,4	чай	1	1
			мука пш.	10,8	10,8	молоко сгущ.	15	15	вода	66	
54-2ГН/22	чай с сахаром	200	сахар песок	10	10				сахар	7	7
14 /11	масло порциями	10	яйца шт./ гр.	0,135 шт.	5,4				вода	150	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	сл/ масло	5,4	5,4	<b>Фрукты свежие</b>					
ТТК	Фрукты свежие (яблоко)	150	сухарь пан	5,4	5,4	сырьё	брутто	нетто	<b>масло порциями</b>		
						яблоко	170,25	150	сырьё	брутто	нетто
									масло сливочн	10	10
<b>ОБЕД</b>			<b>Суп картофель. с горохом</b>			<b>Мясо духовое</b>			<b>огурец свежий в нарезке</b>		
54-2з/22	огурец свежий в нарезке	60	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
	Суп картоф. с горохом	200	картофель	53,4	40	свинина	77,2	59,30	огурец	67,80	60,00
58/11	Мясо духовое	40/155	морковь	10,63	8,5	картофель	170,62	127,5			
ТТК	Какао с молоком витаминизированный	200	лук репчат.	9,6	8	морковь	6,471	5	<b>Какао с молоком витаминизированный</b>		
			горох луц.	15	15	лук репчат.	3,60	3,0			
54-1з/22	сыр твёрдых сортов в нарезке	20	м/сливочное	4	4	м/сливочное	7,44	7,44	сырьё	брутто	нетто
ром.пр.	Хлеб пшеничный	50	соль	0,6	0,6	специи зелень сушёная		1,11	какао-пор	1,75	1,75
ром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	лавр./лист	0,008	0,008	лавр./лист	0,0162	0,01620	молоко	200	200
			вода	140	140				сахар	15	15
			говядина	2,356	2	<b>сыр твёрдых сортов в нарезке</b>			вода	10	10
						сырьё	брутто	нетто			
						сыр полутвёрды	20,8	20			
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>Запеканка миз творога с морковью с молоком сгущённым</b>						<b>чай без сахара</b>		
ТТК	чай без сахара	180	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
4/11	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущённым	130/20	творог	51,850	50,00	яйца шт./гр.	0,13	5,2	чай	0,2	0,2
			крупа манная	9	9	м/сливочное	5,2	5,2	вода	59,4	59,4
			сахар	4	4	сухарь панир	5,2	5,2	вода	140	140
			морковь	54,14	40,6	сметана	5,2	5,2			
			молоко	38,6	40,6	молоко сгущ.	20	20			

**10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ  
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ**

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

Возрастная категория: 7 - 11 лет

1 - я неделя

ОСЕНЬ 2022 - \_\_ г.г.

Сборник	Наименование блюд	Выход	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
<b>4 - й день</b>			<b>Картофель и овощи тушёные в соусе</b>			<b>Биточки особые мясные</b>			<b>Кисель из яблок</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
	Квашеная капуста	60	сырьё	брутто	нетто	говядина	61,85	52,6	сушён. Яблок	7,5	7,5