

СОГЛАСОВАНО:

Общественное учреждение



РАЗРАБОТАНО:

Общество с ограниченной ответственностью

Комбинат школьного питания «Русь»



Г. Ю. Катура

Примерное циклическое диетическое меню

(общего назначения)

обеды и полдники для учащихся с 7 до 11 лет

на осенне-зимний период

для столовых

г. Краснодар

I неделя

Комплекс №1
 Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
139	Суп гороховый	200	4,37	3,79	15,79	116,80	0,15	12,20	0,01	0,01	35,07	87,53	32,24	1,62
394	Жаркое по-домашнему с говядиной бескостной	75/150	20,78	7,25	20,51	234,3	0,23	25,78	0,02	0,00	27,27	265,69	51,51	3,18
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57
ТК	Компот из ягод св/мор без сахара	180	0,28	0,07	21,78	88,92	0,01	2,58	0,00	0,00	20,82	10,80	9,36	0,23
	Итого:	745	32,76	15,31	96,13	673,37	0,55	64,51	0,03	2,52	127,68	481,30	128,72	7,37
Полдник														
ТК	Кисло-молочный продукт с пониженным содержанием сахара	1/125	3,63	4,00	5,00	73,75	0,04	0,88	0,03	0,00	150,00	118,75	17,50	0,13
ТК	Кондитерское изделие с пониженным содержанием сахара в пром/упаковке	1/35	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42
	Всего:	905	37,85	22,89	119,55	858,86	0,61	65,39	2,06	3,22	283,48	618,05	150,22	7,92

Комплекс №2
 Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
110	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	16,50	4,22	10,41	86,40	0,03	16,37	0,01	0,01	34,31	44,40	17,86	0,96
ТТК	Птица запеченная	90	31,58	5,04	2,52	129,6	0,12	2,52	0,14	0,00	36,98	116,36	45,36	0,80
208/21	Каша ячневая с м/сливочным	150	4,62	4,76	30,00	181,29	0,09	0,00	23,08	0,78	39,81	161,68	23,36	0,86
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57
349	Напиток из сухофруктов без сахара	180	0,00	0,00	15,40	60,00	0,00	0,00	0,20	0,00	18,90	14,60	29,70	0,50
	Итого:	760	60,03	18,22	96,38	690,65	0,40	42,84	23,43	3,30	174,52	454,32	151,89	5,46
Полдник														
ТК	Фрукты свежие по сезону	150	0,60	0,00	14,70	57,00	0,04	24,00	0,04	0,00	24,00	16,50	13,50	0,90
	Всего:	910	60,63	18,22	111,08	747,65	0,44	66,84	23,47	3,30	198,52	470,82	165,39	6,36

Комплекс №3

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
															Б	Ж	У	В ₁
Обед																		
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49				
100/21	Рассольник «Ленинградский» с перловой крупой	200	2,29	3,65	16,58	111,20	0,09	13,20	0,01	0,01	15,78	53,88	21,62	0,79				
299/21	Рыба тушеная в томате с овощами	75/25	9,45	4,05	4,01	105	0,05	3,73	0,00	2,52	89,07	240,10	48,53	0,85				
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с м/с 72,5% ГОСТ	150	3,30	1,20	21,45	156	0,14	5,40	0,00	0,00	42,00	82,50	30,00	1,05				
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28				
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57				
496/21	Напиток из плодов шиповника	180	0,70	0,30	24,70	117,00	0,00	15,00	0,03	0,00	19,20	4,90	3,10	0,70				
ТК	Кондитерское изделие с пониженным содержанием сахара в пром/упаковке	1/35	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42				
	Итого:	805	24,53	16,98	123,21	834,30	0,46	61,28	2,04	5,74	216,37	516,66	142,86	6,15				
Полдник																		
ТК	Сухофрукты (курага, чернослив)	20	1,65	4,44	7,74	78,46	0,04	0,87	37,31	2,12	24,29	40,86	27,50	0,56				
	Всего:	825	26,18	21,42	130,95	912,76	0,50	62,15	39,35	7,86	240,66	557,52	170,36	6,71				

Комплекс №4

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
															Б	Ж	У	В ₁
Обед																		
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49				
116/21	Суп овощной вегетарианский	200	1,66	5,59	9,14	93,50	0,08	9,33	35,00	0,15	37,30	52,75	22,93	0,80				
326/21	Бефстроганов из отварной говядины	75/50	16,44	19,16	5,67	251	0,07	2,52	0,01	6,48	63,42	158,9	61,62	4,9				
149	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	244,5	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80				
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28				
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57				
ТК	Сок томатный пром/производства	200	2,00	0,20	5,80	36,00	0,00	59,20	0,00	0,00	16,00	0,00	0,00	0,30				
	Итого:	815	36,28	31,55	104,41	858,36	0,52	95,00	35,01	9,14	209,24	538,92	177,16	13,14				
Полдник																		
ТК	Кисло-молочный продукт с пониженным содержанием сахара	1/125	3,63	4,00	5,00	73,75	0,04	0,88	0,03	0,00	150,00	118,75	17,50	0,13				
	Всего:	940	39,91	35,55	109,41	932,11	0,56	95,88	35,04	9,14	359,24	657,67	194,66	13,27				

Комплекс №5 Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
118/21	Суп крестьянский с крупой на овощном отваре	200	2,00	4,22	11,56	92,23	0,05	13,50	0,00	1,96	76,91	58,56	18,27	0,68
359/21	Печень говяжья тушеная в соусе	100	12,81	9,03	4,45	165,00	0,20	29,54	5,50	2,98	27,53	227,87	13,82	4,82
470	Картофель отварной с маслом сливочным 72,5% ГОСТ, зеленью	150	2,01	3,28	16,32	106	0,12	0,07	0,02	20	69,49	28,82	58,66	1,05
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57
349	Напиток из сухофруктов без сахара	180	0,00	0,00	15,40	60,00	0,00	0,00	0,20	0,00	18,90	14,60	29,70	0,50
	Итого:	770	24,15	20,73	85,78	656,59	0,53	67,06	5,72	27,45	237,35	447,13	156,06	9,39
Полдник														
ТК	Фрукты свежие по сезону	150	0,60	0,00	14,70	57,00	0,04	24,00	0,04	0,00	24,00	16,50	14,40	0,90
	Всего:	920	24,75	20,73	100,48	713,59	0,57	91,06	5,76	27,45	261,35	463,63	170,46	10,29

III неделя

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

Комплекс №1

№ Рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Ккал	В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe	
															(г)
Обед															
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49	
113/21	Суп фасолевый	200	4,42	3,80	15,52	116,00	0,15	9,90	0,01	0,01	36,91	111,26	30,34	1,45	
	Зраза из мяса говядины	90	9,56	12,40	12,50	199,8	0,03	0,00	0,10	0,24	22,00	97,20	4,80	1,00	
155/21	Капуста отварная с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	1,86	5,28	4,80	72,86	0,03	22,43	27,14	0,29	51,43	30,00	17,14	0,71	
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28	
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57	
ТТК	Кисель плодово-ягодный пром./производства «Фитодар»	180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09	
	Итого:	760	23,26	25,68	91,39	751,66	0,37	58,26	27,25	3,05	162,96	362,94	90,59	5,59	
Полдник															
ТК	Сухофрукты (курага, чернослив)	20	1,65	4,44	7,74	78,46	0,04	0,87	37,31	2,12	24,29	40,86	27,50	0,56	
	Всего:	780	24,91	30,12	99,13	830,12	0,41	59,13	64,56	5,17	187,25	403,80	118,09	6,15	

Комплекс №2

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Ккал	В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe	
															(г)
Обед															
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49	
112/146	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	25/200	1,8	2,2	15,39	106,5	0,2	11,08	0,06	1,3	95,8	173,7	26	1,1	
318/21	Мясо отварное	75	15,90	18,07	1,34	228,4	0,05	0,00	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	0,12	
149	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	244,5	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80	
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28	
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57	
349	Напиток из сухофруктов без сахара	180	0,00	0,00	15,40	60,00	0,00	0,00	0,20	0,00	18,90	14,60	29,70	0,50	
	Итого:	770	33,88	26,87	115,93	872,74	0,62	35,03	0,26	6,47	215,99	667,99	166,29	8,86	
Полдник															
ТК	Фрукты свежие по сезону	150	0,60	0,00	14,70	57,00	0,04	24,00	0,04	0,00	24,00	16,50	14,40	0,90	
	Всего:	920	34,48	26,87	130,63	929,74	0,66	59,03	0,30	6,47	239,99	684,49	180,69	9,76	

Комплекс №3

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
														Ккал
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
110	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	16,50	4,22	10,41	86,40	0,03	16,37	0,01	0,01	34,31	44,40	17,86	0,96
372	Котлета из мяса птицы припущенная	90	18,00	16,20	9,64	255,8	0,09	0,77	65,50	1,16	43,71	164,60	21,80	1,60
149	Каша кукурузная с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	6,80	5,60	35,40	200	0,20	0,00	20,00	2,70	17,80	138,00	48,80	1,60
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57
ТК	Сок фруктовый	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Итого:	780	49,65	30,52	117,70	877,56	0,50	45,09	85,51	6,38	154,34	479,28	133,07	9,10
Полдник														
ТК	Кисло-молочный продукт с пониженным содержанием сахара	1/125	3,63	4,00	5,00	73,75	0,04	0,88	0,03	0,00	150,00	118,75	17,50	0,13
	Всего:	905	53,28	34,52	122,70	951,31	0,54	45,97	85,54	6,38	304,34	598,03	150,57	9,23

Комплекс №4

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
														Ккал
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
129/21	Суп с макаронными изделиями и картофелем с мясом	25/200	11,50	4,80	10,25	168	0,15	1,00	1,50	1,90	108,00	105,25	37,00	26,00
268/21	Омлет натуральный	105	10,00	11,40	2,00	149	0,10	0,20	0,00	0,00	78,10	128,30	43,50	1,90
ТК	Горошек зеленый консервированный	30	2,80	1,02	5,80	43,8	0,00	1,15	0,00	0,30	3,80	9,60	3,20	0,12
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57
ТТК	Напиток из свежемороженых ягод без сахара	180	0,5	0	11,7	45	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7
	Итого:	680	32,13	21,42	67,80	639,16	0,45	46,30	1,55	4,71	254,42	374,43	130,31	31,06
Полдник														
ТК	Фрукты свежие по сезону	150	0,60	0,00	14,70	57,00	0,04	24,00	0,04	0,00	24,00	16,50	14,40	0,90
	Всего:	830	32,73	21,42	82,50	696,16	0,49	70,30	1,59	4,71	278,42	390,93	144,71	31,96

Комплекс №5

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) II смена Диетическое питание

№ Рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95	0,00	1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
120	Щи из свежей капусты	200	1,58	4,26	7,46	75,20	0,05	20,80	0,02	0,01	30,40	40,70	15,60	0,51
366/21	Птица отварная	90	18,70	9,66	0,00	262,4	0,04	0,00	0,16	0,17	32,00	124,00	16,00	2,00
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с м/с 72,5% ГОСТ	150	3,30	1,20	21,45	156	0,14	5,40	0,00	0,00	42,00	82,50	30,00	1,05
ТК	Хлеб ржаной	28	2,24	0,42	11,23	57,68	0,07	0,00	0,00	0,64	9,24	65,52	18,48	1,28
ТК	Хлеб пшеничный 1с	52	4,16	0,78	20,85	121,68	0,06	0,00	0,00	0,57	10,40	33,80	7,28	0,57
349	Напиток из сухофруктов без сахара	180	0,00	0,00	15,40	60,00	0,00	0,00	0,20	0,00	18,90	14,60	29,70	0,50
	Итого:	760	30,91	19,32	82,36	786,96	0,39	50,15	0,38	2,69	167,82	379,08	126,91	6,40
Полдник														
ТК	Кисело-молочный продукт с пониженным содержанием сахара	1/125	3,63	4,00	5,00	73,75	0,04	0,88	0,03	0,00	150,00	118,75	17,50	0,13
	Всего:	885	34,54	23,32	87,36	860,71	0,43	51,03	0,41	2,69	317,82	497,83	144,41	6,53

Генеральный директор

Технолог




Качура Г. Ю.


Каде С. М.

Фактический рацион питания должен соответствовать утвержденному примерному меню. В исключительных случаях допускается замена одних продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности, и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов, что должно подтверждаться необходимыми расчётами

Таблица замены продуктов с учетом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции 1	Масса, г 2	Вид пищевой продукции – заменитель 3	Масса, г 4
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9 %	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевой с массовой долей жира 3,2 %	100	Молоко питьевой с массовой долей жира 2,5 %	100
		Молоко стужённое (цельное и с сахаром)	40
		Сгущённо-варёное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9 %	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
		Мясо говядина	83
Творог с массовой долей жира 9 %	100	Рыба (треска)	105
		Творог с массовой долей жира 9 %	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	7
Яйцо куриное (1 шт.)	41	Сыр	20

1	2	3	4
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
Картофель	100	Творог с массовой долей жира 9 %	105
		Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зелёный	40
		Горошек зелёный 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

Таблица расхода соли при приготовлении блюд и изделий

№ п/п	Наименование блюда	Соль, г
1	2	3
1	Холодные блюда (на 1 порцию)	2-3
2	Супы (на 1000 г)	6-10
3	Блюда из овощей (варка) на 1 литр воды	10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	
	Гречневая каша:	
	- Рассыпчатая из ядрицы	21
	- Вязкая	40
	Пшённая каша:	
	- Рассыпчатая	25
	- Вязкая	40
	Рисовая каша:	
	- Рассыпчатая	28
	- Вязкая	45
	Перловая каша:	
	- Рассыпчатая	30
	- Вязкая	45
	Овсяная каша вязкая	40
	Манная каша вязкая	45
	Кукурузная каша:	
	- Рассыпчатая	30
	- Вязкая	35
5	Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3-4
6	Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30
7	Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25
8	Блюда из творога (на 1 кг)	10
9	Блюда из рыбы (на 1 порцию)	3
10	Блюда из мяса (на 1 порцию)	4
11	Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3-5

Таблица расхода сырья на осенне-зимний период года

Наименование сырья	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе брутто	Масса сырья нетто, г
1	2	3	4
Картофель свежий продовольственный			
Сырой очищенный:			
- с 1 сентября по 31 октября	133	25	100
- с 1 ноября по 31 декабря	143	30	100
- с 1 января по 28-29 февраля	154	35	100
Морковь столовая свежая			
Молодая пучковая сырая очищенная	200	50	100
Сырая очищенная:			
- до 1 января	125	20	100
- с 1 января	133	25	100
Свекла столовая свежая			
Сырая очищенная:			
- до 1 января	125	20	100
- с 1 января	133	25	100

Список используемой литературы:

1. «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений / сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина, Пермь, 2021г.
2. «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под общей редакцией В. Т. Лапиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.
3. «Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции», Москва, 2003г.
4. «Сборник рецептуры блюд для питания учащихся общеобразовательных учреждений города Москвы», Москва, 2003 г.
5. «Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания», Справочник-М.: Дели-принт, 2008 г., Скурихин И. М., Гутельян В. А.
6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
7. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций», утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой.
8. Методические рекомендации МР 2.4.0162-19.2.4 «Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой. 30.12.2019г.



Ответственный исполнитель:

Инженер-технолог

ООО Комбинат школьного питания «Русь»

С. М. Каде

Контактные телефоны:

237-49-02 8-918-256-14-12