

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР

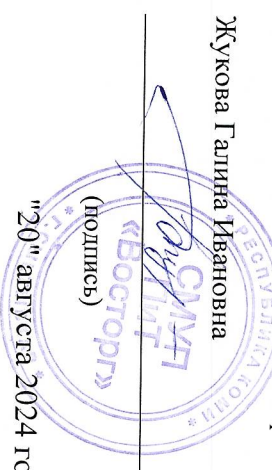


" 08 " 08 2024 год

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР СМУП Лиг «Восторг»

Жукова Галина Ивановна



" 20 " августа 2024 год

**Примерное двухнедельное меню горячего питания для обучающихся
1-11 классов в общеобразовательных учреждениях г. Сыктывкара,
находящихся в положении малобеспеченных семей (МО),
детей из многодетных семей (МС) и детей из семей военнослужащих (СВО).**

(МАОУ СОШ № 1, 4, 7, 12, 16, 18, 21, 24, 25, 26, 33, 35, 36, 38, 43, МОУ СОШ № 3, 9, 11, 15,
МОУ ООШ № 8, МОУ НОШ № 6, МАОУ «Русская гимназия», МОУ КНП)

(с 01 сентября 2024 года)

НАИМЕНОВАНИЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	7-11 лет					12+ лет							
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ			
Шницель "Нежный"	90	14,68	9,98	11,03	180,7	100	16,31	9,53	12,26	200,78	352/1	ТТК № 352	
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312
	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
	Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
	ИТОГО	475	19,41	15	56,67	427,95	515	21,65	15,51	61,99	475,48		
Булочка "Ромашка" (с вареным студеным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254	
	Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
	Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
	ИТОГО	400	9,71	10,48	100,48	545,14	400	9,71	10,48	100,48	545,14		
	ВТОРНИК												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ			
Медальоны из рыбы	90	10,6	12,6	9,06	207,09	100	11,63	14,08	10,08	230,1	42/5	ТТК № 42	
	Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114
	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
	Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
	ИТОГО	475	17,79	17,33	60,71	485,54	515	19,92	19,72	67,01	542,24		
Сметанник	100	8,64	9,85	45,53	292,98	100	8,64	9,85	45,53	292,98	59/1	ТТК № 59	
	Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
	Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
	ИТОГО	400	9,64	10,65	87,93	476,38	400	9,64	10,65	87,93	476,38		
	СРЕДА												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ			
Плов из свинины	230	18,13	14,03	47,61	393,83	0	0	0	0	0	124/2	ТТК № 124	
	Каша молочная рисовая	0	0	0	0	250	7,2	13,02	51,54	352,8	100/5	ТТК № 100	
	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
	Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
	ИТОГО	465	19,8	14,25	72,81	503,83	505	10,47	13,44	86,94	512,8		
Кекс "Творожный" (нарезной)	80	9,54	11,9	40,9	300,8	80	9,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447	
	Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
	Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
	ИТОГО	380	10,54	12,7	83,3	484,2	380	10,54	12,7	83,3	484,2		
	ЧЕТВЕРГ												
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ			
Мясо с овощами "Болонез"	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35	
	Каша гречневая распычатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99
	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
	Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
	ИТОГО	475	21,79	19,31	67,89	543,35	515	24,8	21,99	76,07	613,2		
ПЯТНИЦА													
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ			
ЗАВТРАК	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35	
	Каша гречневая распычатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99
	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
	Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
	ИТОГО	475	21,79	19,31	67,89	543,35	515	24,8	21,99	76,07	613,2		

Полдник												
Шангя с картофелем	100	8,5	7,98	38,88	244,8	100	8,5	7,98	38,88	244,8	15/3	Сяктывкар 1990 № 15
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
ИТОГО	400	9,5	8,78	81,28	428,2	400	9,5	8,78	81,28	428,2		

ПАТНИЦА

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Макаронны отварные с сыром	220	14,88	17,51	37,52	367,84	220	14,88	17,51	37,52	367,84	204/3, 204/4	Москва 2011 № 204
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
ИТОГО	455	16,55	17,73	62,72	477,84	455	16,55	17,73	62,72	477,84		

Полдник

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Хачапури с сыром	100	12,78	14,16	37,66	333	100	12,78	14,16	37,66	333	11/6	Сяктывкар 1990 № 11
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
ИТОГО	400	13,78	14,96	80,06	516,4	400	13,78	14,96	80,06	516,4	0	0

СУББОТА

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Фрикадельки мясные "Восторг"	90	13,9	10,4	12,1	198	100	15,4	11,6	13,4	220	142/10	ТТК №142/1
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
ИТОГО	475	19,22	15,99	73,98	517,7	515	21,45	18,26	82,62	581,64		

Полдник

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Шанежка наливная с айцом	100	8,38	10,37	42,19	209,84	100	8,38	10,37	42,19	209,84	693/2	Москва 1994 № 693
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
ИТОГО	400	9,38	11,17	84,59	393,24	400	9,38	11,17	84,59	393,24	0	0

ПОНЕДЕЛЬНИК

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Котлета "Киевская"	90	11,1	14,3	10,2	215,87	100	12,3	15,8	11,3	239,86	169/3	Москва 2003 № 169
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
ИТОГО	475	15,83	19,32	55,84	463,12	515	17,64	21,78	61,03	514,56		

Полдник

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Булочка "Ромашка" (с вареным студеным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
ИТОГО	400	9,71	10,48	100,48	545,14	400	9,71	10,48	100,48	545,14	0	0

ВТОРНИК

7-11 лет										12+ лет		
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Булочка "Ромашка" (с вареным студеным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
ИТОГО	400	9,71	10,48	100,48	545,14	400	9,71	10,48	100,48	545,14	0	0

ЗАВТРАК

МАКРОНОМЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	Второй завтрак											
	220	14,88	17,51	37,52	367,84	220	14,88	17,51	37,52	367,84	204/3: 204/4	Москва 2011 № 204
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
ИТОГО	455	16,55	17,73	62,72	477,84	455	16,55	17,73	62,72	477,84		
Плоска "Болоньезе" (фарш мясной)	Полдник											
Фрукты свежие порциями	100	12,03	12,3	27,3	266,3	100	12,03	12,3	27,3	266,3	430/2	ТТК № 430
Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
ИТОГО	400	13,03	13,1	69,7	449,7	400	13,03	13,1	69,7	449,7	0	Москва 2011 № 389

СРЕДА

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										12+ лет									
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
Фрикадельки из свинины	90	11,32	12,8	12,2	207,8	100	12,6	14,3	13,6	230,9	280/2	Москва 2011 № 280								
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1								
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685								
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11								
ИТОГО	475	16,64	18,39	74,08	527,5	515	18,65	20,96	82,82	592,54										
Хачапури с сыром	Полдник																			
Фрукты свежие порциями	100	12,78	14,16	37,66	333	100	12,78	14,16	37,66	333	11/6	Сыктывкар 1990 № 11								
Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338								
ИТОГО	400	13,78	14,96	80,06	516,4	400	13,78	14,96	80,06	516,4	0	Москва 2011 № 389								

ЧЕТВЕРГ

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										12+ лет									
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
Мясо с овощами "Болоньез"	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35								
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114								
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685								
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11								
ИТОГО	475	18,71	17,73	55,7	468,05	515	21,1	20,1	61,43	522,84										
Шаньга с картофелем	Полдник																			
Фрукты свежие порциями	100	8,5	7,98	38,88	244,8	100	8,5	7,98	38,88	244,8	15/3	Сыктывкар 1990 № 15								
Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338								
ИТОГО	400	9,5	8,78	81,28	428,2	400	9,5	8,78	81,28	428,2	0	Москва 2011 № 389								

ПЯТНИЦА

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										12+ лет									
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
Голубцы ленивые	150	9,8	6	9,4	130,82	150	9,8	6	9,4	130,82	244/3	ТТК № 244								
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312								
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685								
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11								
ИТОГО	535	14,53	11,02	55,04	378,07	565	15,14	11,98	59,13	405,52										

ПОДНИК

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										12+ лет									
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
Кекс "Творожный" (нарезной)	80	9,54	11,9	40,9	300,8	80	9,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447								
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338								
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389								
ИТОГО	380	10,54	12,7	83,3	484,2	380	10,54	12,7	83,3	484,2	0	Москва 2011 № 389								

СУББОТА

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					12+ лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
Котлета рыбная	90	11	6,98	13,1	159,84	100	12,2	7,76	14,54	177,6	234/2	Москва 2011 № 234
Рагу из овощей	150	2,6	11,8	12,81	163,5	180	4,1	13,3	15,37	196,2	541/1	Москва 2004 № 541/3
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской" порциями	20	1,6	0,2	10,2	50	20	1,6	0,2	10,2	50	11	ТТК № 11
ИТОГО	475	15,27	19	51,11	433,34	515	17,97	21,28	55,11	483,8		
Сметанник					Поддник							
Фрукты свежие порциями	100	8,64	9,85	45,53	292,98	100	8,64	9,85	45,53	292,98	59/1	ТТК № 59
Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
ИТОГО	400	9,64	10,65	87,93	476,38	400	9,64	10,65	87,93	476,38	0	0

1. Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – в соответствии со «Сборником рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» 2011 г., Делта принт, Москва, "Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" 2004 года, "Хлебпродинформ", г. Москва.; "Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школьно-технические документы, регламентирующие производство кулинарной продукции." 2001, 2006, 2018 года, г. Пермь, Сборники рецептов для ПОП 1994, 1996 и 1997 года, другие нормативные и При получении горячего питания для 1-4 классов с 9-00 до 12-00, следует пользоваться меню «1 смены».
2. При получении горячего питания для 1-4 классов с 12-00 до 15-00 следует пользоваться меню «Обеда» и меню «2 смены».
3. Для обучающихся горячего питания для 1-4 классов с 12-00 до 15-00 следует пользоваться меню «Обеда» и меню «2 смены».
4. Для обучающихся образовательных учреждений необходимо формировать примерное двухнедельное меню трехразового горячего питания (завтрак, обед, полдник). Для детей, посещающих группу продленного дня, дополнительно должен быть организован полдник. Интервалы между приемами пищи не должны превышать 3,5 – 4,0 часа.
5. Исходя из приемов пищи, при получении горячего питания 1 смены 1-4 классов для категории малообеспеченные, следует применять 1 или 2 вариант меню (второй завтрак или полдник), для получения горячего питания 2 смены 1-4 классов следует применять 2 вариант меню (полдник).
6. Наряду с основным питанием, при наличии условий, должно быть организовано дополнительное питание обучающихся через буфеты образовательных учреждений соответствующим ассортиментом. Наряду с основным питанием, при наличии условий, должно быть организовано дополнительное модульное питание обучающихся с особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
7. Фактический рацион питания должен соответствовать утвержденному примерному меню. В исключительных случаях допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюда и кулинарных изделий при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены
8. Ежедневно в обеденном зале вывешивают утвержденное руководителем образовательного учреждения ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции, а также меню дополнительного питания с указанием наименования блюда, массы порции, калорийности порции.
9. Овощи свежие и консервированные порциями возможно взаимозаменять между собой:
 - отурпы свежие на помидоры свежие, и наоборот;
 - помидоры свежие в нарезку с кукурузой консервированной на отурпы свежие в нарезку с горошком консервированным и т.д., и наоборот.
10. Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и пр.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.
11. Фрукты свежие возможно взаимозаменять между собой и заменять на фруктовые и фруктово-ягодные соки согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
12. В примерном утвержденном двухнедельном меню указано расчетное значение порции фруктов (100, 150, 200 гр.). Для фактического расчета веса фруктов, при составлении ежедневного меню, учитывается то, что фрукты относятся к калибруемому товару, и поэтому в меню указывается фактический вес порции фруктов, при составлении фруктов не может быть меньше указанного в требованиях СанПиН – менее 100 гр. (приложение 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (Масса порций для детей в зависимости от возраста в блюде по приемам пищи (Таб.3 прилож.9 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
13. Рекомендуемый ассортимент свежих фруктов для организации питания учащихся: яблоки, апельсины, мандарины.
14. Фрукты свежие, ягоды свежемороженые, а также сухофрукты для приготовления 3 блюд возможно взаимозаменять, исходя из пищевых предпочтений учащихся, при условии исключения повторности.
15. Напитки в ежедневном меню можно заменять, исходя из пищевых предпочтений учащихся, при условии исключения повторности категории.
16. При составлении ежедневного меню, пищевая ценность на продукцию промышленного производства (фруктовые пюре, соки, кондитерские изделия и т.д.), указывается исходя из фактических показателей на упаковке производителя.
17. Ассортимент круп в вязких кашах можно заменять исходя из пищевых предпочтений учащихся, при условии исключения повторности.
18. Все предприятия снабжаются полуфабрикатами различной степени готовности согласно объемно-планировочному решению объекта и наличием технологического оборудования.
19. Калорийность блюд рассчитывается по сборнику «Химический состав и калорийность российских продуктов» под ред. Гутельяна В.А., в соответствии с фактической калорийностью, указанной на упаковке, а так же с использованием интернет источников.