

**Развёрнутое пояснение по блюдам**

**1.Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие, обогащённые микронутриентами**

- Овсяные хлопья
- Многозерновые хлопья
- Мюсли
- Хлопья кукурузные
- Подушечки

**2.Фиточай**

- Фиточай цветочный
- Фиточай цветочно-плодовый
- Фиточай цветочно-плодово-травяной

**Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню**

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню 1-4 классы I комплекс, меню для 5-11 классов комплекс II и комплекс I

Наименование плода	Выход, гр.																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Яблоко	140		X												X										
Груша	180						X									X									
Мандарин	90									X															
Апельсин	180																							X	
Киви	90					X														X					
Банан	220			X							X											X			

Приложение №4

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню																									
Наименование плода	Выход	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Сок яблочный*	200																								X
Сок апельсиновый*	200		X																						
Сок яблочно-персиковый*	200									X															
Сок мультифрукт*	200													X											
Сок яблочно-вишневый*	200																		X						
Сок яблочный-виноградный*	200						X																		

\*Возможна замена на нектар или сок в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

Замены блюд при организации питания в общеобразовательных учреждениях

День	Прием пищи	№ Комплекса	Заменяемое блюдо	Вариант замены
1	обед	2	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные Соус томатный
2	Завтрак	1 и 2	Соус шоколадный	Соус ягодный
2	Обед	1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые
2	Обед	1 и 2	Хлеб ржано-пшеничный	Булочка овсяная
3	Обед	1	Котлеты рубленые из птицы	Котлеты куриные с ветчиной
4	Обед	2	Картофель отварной	Изделия макаронные отварные
5	Завтрак	1 и 2	Изделия колбасные вареные (сосиски) для школьного питания отварные	Изделия колбасные вареные (сардельки) для школьного питания отварные
5	Обед	2	Котлеты рубленые из фарша рыбного	Рыба (филе) припущенная
6	Завтрак	1 и 2	Киви	Яблоко

6	Завтрак	1 и 2	Запеканка из творога с какао	Запеканка из творога
6	Обед	1	Пюре картофельное	Изделия макаронные отварные
6	Полдник	1 и 2	Биоюгurt фруктовый	Творог детский
7	Полдник	1 и 2	Кекс с цукатами	Кекс столичный
8	Завтрак	1 и 2	Омлет (охлажденный упакованный)	Омлет натуральный, запеченный
8	Обед	1	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
8	Обед	1	Картофель отварной	Изделия макаронные отварные
8	Обед	1 и 2	Булочка овсяная	Хлеб ржано-пшеничный
8	Полдник	1 и 2	Брушкетта	Пицца из п/ф промышленного производства
9	Обед	2	Пюре картофельное	Изделия макаронные отварные
10	Завтрак	1 и 2	Мандарин	Яблоко или Грушу

10	Обед	1	Булочка овсяная	Хлеб ржано-пшеничный
11	Обед	2	Тефтели рыбные	Рыба (филе) припущенная
11	Полдник	1 и 2	Кекс с цукатами	Кекс столичный
13	Завтрак	1 и 2	Каша манная молочная с яблоком	Каша манная молочная
13	Обед	2	Зразы мясные с фаршем из яйца и ветчиной	Тефтели с рисом
13	Полдник	1 и 2	Пирожок с рисом и яйцом	Пирожок с капустой и яйцом
14	Обед	1	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные Соус томатный
14	Обед	1	Пюре картофельное	Изделия макаронные отварные
14	Обед	2	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	Пельмени ленивые
15	Завтрак	1 и 2	Омлет, смешанный с ветчиной (охлажденный упакованный)	Омлет, смешанный с ветчиной для школьного питания, запеченный
15	Завтрак	1 и 2	Биоогурт фруктовый	Творог детский

15	Полдник	1 и 2	Брушкетта	Пицца из п/ф промышленного производства
17	Обед	1 и 2	Булочка овсяная	Хлеб ржано-пшеничный
17	Обед	2	Картофель отварной	Изделия макаронные отварные
18	Обед	1	Тефтели рыбные Соус томатный	Рыба (филе) припущенная
18	Обед	1	Пюре картофельное	Изделия макаронные отварные
18	Полдник	1 и 2	Кекс с шоколадом	Кекс столичный
19	Завтрак	1 и 2	Киви	Банан
19	Обед	2	Котлеты рубленые из птицы	Котлета куриная с ветчиной
20	Завтрак	1 и 2	Соус ягодный	Джем в ассортименте
20	Обед	1 и 2	Булочка овсяная	Хлеб ржано-пшеничный
20	Обед	1	Рагу из овощей	Изделия макаронные отварные

22	Завтрак	1 и 2	Омлет (охлажденный упакованный) с сыром	Омлет с сыром запеченный
23	Завтрак	1 и 2	Запеканка из творога с яблоком	Запеканка из творога

**Приложение №5**

**Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта.**

День	Прием пищи	№ комплекса	Заменяемый салат	Сезонный салат
2	Обед	2	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	Салат из моркови припущенной с яблоком и изюмом
5	Обед	2	Салат из капусты белокачанной и свеклы	Салат из свеклы с сыром и маслом растительным
6	Обед	1	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат из отварной цветной капусты со свежими огурцами и помидорами
7	Обед	1	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	Салат из свеклы с маслом растительным
9	Обед	2	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из отварного картофеля с морковью, зеленым горошком и маслом



День	Прием пищи	№ комплекса	Заменяемый салат	Сезонный салат
10	Обед	2	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат из отварной свеклы, яблоком и маслом растительным
12	Обед	1	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	Салат из отварной цветной капусты со свежими огурцами и помидорами
13	Обед	1	Салат витаминный с маслом растительным	Салат из свеклы с маслом растительным
14	Обед	2	Салат витаминный с маслом растительным	Салат из моркови, картофеля, кукурузы, свежих огурцов и масла растительного
15	Обед	2	Салат из моркови с растительным маслом	Салат из моркови припущенной с яблоком и изюмом
16	Обед	1	Салат из капусты краснокочанной с маслом растительным	Салат из свеклы с маслом растительным
17	Обед	1	Салат из капусты белокачанной и свеклы	Салат из свеклы с сыром и маслом растительным
17	Обед	2	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат зеленый с огурцами и растительным маслом
20	Обед	2	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром)	Салат из моркови, картофеля, кукурузы, свежих огурцов и масла растительного

День	Прием пищи	№ комплекса	Заменяемый салат	Сезонный салат
23	Обед	1	Салат витаминный с маслом растительным	Салат из моркови припущенной с яблоком и изюмом