

Приложение к контракту \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен Менеджмент»

Е.Г. Никонова

« 04 » июля 2022г.

Согласовано:

Директор

И.И. Суслова

« 04 » июля 2022г.



### ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений Симферопольского района республики Крым для учащихся льготной категории ( 12 лет и старше ) , 1,2 смены(обеды)

С использованием :

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва «Дели плюс» 2017г., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ ), Тутельян В.А. ( ГУУ НИИ питания РАМН )

Согласно Сан Пин 2.3/2.4.3590-20г, Таблица №2

Симферопольский район Республика Крым 2022г

с 12 лет и старше обед

Перспективное 10-дневное меню для школьников с 12 лет и старше 2022 год

№	Наименование блюда	Выход с 12 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Э/л ккал	Витамини, мг на 100 г				Минеральные в-ва				
							В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe		
<b>ДЕНЬ № 1</b>															
№67	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00									
№95	Щи из свежей капусты и картофеля	250	2,75	4,50	8,00	82,50	0,06	15,77	0,00	49,25	49,00	22,12	0,82		
№291	Плов из птицы	250	31,83	19,03	42,9	470	0,08	4,52	14,60	34,76	131,50	40,53	1,48		
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80		
№389	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20		
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55		
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39		
<b>ИТОГО:</b>															
			<b>38,95</b>	<b>24,52</b>	<b>107,14</b>	<b>809,96</b>	<b>1,14</b>	<b>34,29</b>	<b>14,60</b>	<b>135,81</b>	<b>284,10</b>	<b>107,40</b>	<b>9,24</b>		
<b>ДЕНЬ № 2</b>															
№70	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	123,10	0,02	3,50	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60		
№104	Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	20,00	140,00	0,06	8,03	0,00	8,27	32,40	12,38	0,51		
№305	Котлета рубленая из птицы с соусом	75/30	14,09	9,60	7,99	193,26	0,12	1,14	21,56	14,20	81,20	16,23	1,25		
№203	Макаронны отварные	180	6,54	6,93	36,54	234,85	0,07	0,00	34,28	14,56	45,08	9,76	0,97		
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70		
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20		
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55		
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39		
<b>ИТОГО:</b>															
			<b>32,25</b>	<b>31,81</b>	<b>138,12</b>	<b>988,67</b>	<b>1,27</b>	<b>23,40</b>	<b>55,84</b>	<b>130,31</b>	<b>308,32</b>	<b>106,58</b>	<b>8,17</b>		
<b>ДЕНЬ № 3</b>															
№45	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82		
№15	Суп картофельный с бобовыми	250	5,89	4,25	19,50	140,00	0,11	8,25	0,10	29,20	67,57	27,27	1,12		
№283	Тертелья рыбные с соусом	90/20	9,29	9,05	13,23	171,56	0,00	1,62	20,81	71,78	137,67	22,89	0,70		
№128	Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28	0,06	7,71	0,00	7,94	31,16	11,89	0,49		
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95		
№338	Мандарины свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20		
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55		
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39		
<b>ИТОГО:</b>															
			<b>23,67</b>	<b>20,21</b>	<b>122,45</b>	<b>769,10</b>	<b>1,21</b>	<b>38,11</b>	<b>20,91</b>	<b>192,10</b>	<b>386,20</b>	<b>123,47</b>	<b>8,22</b>		
<b>ДЕНЬ № 4</b>															
№70	Икра кабачковая (консервиров)	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82		
№15	Суп картофельный с крупой	250	14,43	4,80	1,71	51,25	0,00	0,75	0,00	22,00	12,50	5,50	0,20		
№269	Виточки "Особые" (месо птицы)	80	15,30	20,10	15,49	305,62	0,17	0,27	22,69	44,04	186,00	35,07	2,55		
№125	Картофель отварной	180	3,45	6,78	23,97	180,00	0,06	24,72	0,00	23,40	72,27	34,82	1,40		
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70		
№338	Мандарины свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20		
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55		
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39		
<b>ИТОГО:</b>															
			<b>39,28</b>	<b>37,02</b>	<b>116,19</b>	<b>912,61</b>	<b>1,27</b>	<b>46,10</b>	<b>22,69</b>	<b>190,92</b>	<b>439,61</b>	<b>149,13</b>	<b>9,81</b>		
<b>ДЕНЬ № 5</b>															
№73	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82		
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98		
№89	Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00	4,12	23,60	4,00	136,25	80,60	76,66	0,18		
№407	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80		
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20		
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55		
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39		
<b>ИТОГО:</b>															
			<b>37,61</b>	<b>27,43</b>	<b>85,81</b>	<b>722,46</b>	<b>5,20</b>	<b>55,77</b>	<b>4,00</b>	<b>259,03</b>	<b>271,08</b>	<b>161,84</b>	<b>8,92</b>		
<b>ДЕНЬ № 6</b>															
№37	Салат картофельный с огурцами	100	1,21	7,84	8,96	11,40	0,04	6,03	0,00	18,50	43,20	15,20	0,68		
№104	Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	19,50	140,00	0,06	8,03	0,00	8,27	32,40	12,38	0,51		

№291	Пшеница тушенная в соусе	75/50	13,28	10,04	2,90	163,00	0,02	1,80	0,00	15,40	175,54	30,40	3,00
№349	Каша вязкая рисовая	180	10,16	1,97	69,16	492,4	0,17	1,15	0,00	176,48	263,23	23,30	2,84
№349	Компот из сухофруктов	200	0,00	0,00	13,01	132,80	0,02	0,73	0,00	12,48	23,44	1,40	0,10
№338	Молоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	1,00	0,10
№1П481	Хлеб пшеничный	40	1,77	0,32	10,39	47,00	0,30	0,00	0,00	11,90	13,90	1,50	0,10
№1П481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	17,70	1,50	0,10
<b>ИТОГО:</b>													
<b>ДЕНЬ № 7</b>				17,33	102,83	1011,16	1,39	27,24	64,76	309,93	623,01	118,39	11,11
№52	Салат из свежих с листик мясным	100	0,08	0,10	9,14	93,80	0,01	0,03	0,00	10,50	11,30	1,30	0,10
№289	Суп из овощей	290	1,84	4,98	6,14	62,42	0,02	0,03	0,00	14,83	49,27	6,73	0,70
№342	Рагу из картофеля	200	11,80	12,80	20,42	181,00	0,11	11,60	0,00	159,23	100,00	70,00	7,00
№338	Молоко свежее	200	0,19	0,18	3,78	11,8	0,01	0,50	0,00	4,60	4,60	0,10	0,10
№1П481	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,16	9,40	47,00	0,03	16,00	0,00	14,16	11,00	1,10	0,10
№1П481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,32	10,39	47,00	0,03	0,00	0,00	11,30	13,30	1,50	0,10
№1П481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	17,70	1,50	0,10
<b>ИТОГО:</b>													
<b>ДЕНЬ № 8</b>			37,43	28,68	100,39	617,31	0,61	0,03	0,00	41,63	41,63	4,00	0,40
№70	Орден консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00	0,01	0,63	0,00	11,30	11,30	1,30	0,10
№82	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	1,80	4,92	10,91	101,75	0,03	10,60	0,00	11,30	43,30	11,30	1,10
№255	Суфле из печени	125	20,13	6,88	2,75	151,75	0,15	4,11	0,00	46,02	46,02	4,60	0,40
№ 203	Макаронны отварные	180	6,54	6,93	36,54	214,74	0,07	0,00	0,00	13,38	13,38	1,30	0,10
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	16,00	16,00	1,60	0,10
№338	Мандарины свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	16,00	1,60	0,10
№1П481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,03	0,00	0,00	11,30	11,30	1,30	0,10
№1П481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	17,70	1,50	0,10
<b>ИТОГО:</b>													
<b>ДЕНЬ № 9</b>			32,84	19,72	106,46	749,81	1,32	38,72	11,28	194,81	240,84	11,03	1,10
№52	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10	0,04	6,03	0,00	18,30	11,20	1,20	0,10
№115	Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,50	140,00	0,11	8,25	0,00	29,20	67,50	7,70	1,10
№ 291	Пшеница тушенная в соусе	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00	0,05	0,35	37,62	29,52	96,16	14,06	1,01
№ 171	Каша вязкая пшеничная	180	7,69	10,33	44,12	300,36	0,14	0,00	45,00	32,00	176,00	56,46	1,04
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
№338	Мандарины свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
№1П481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№1П481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
<b>ИТОГО:</b>													
<b>ДЕНЬ № 10</b>			32,59	36,45	140,11	1022,92	1,34	25,36	82,62	179,50	508,50	167,20	9,10
№70	Икра кабачковая (консервиров)	60	1,63	4,31	9,00	80,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82
№95	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,75	4,50	8,00	82,50	0,06	15,77	0,00	49,25	49,00	22,12	0,82
№258	Пшеница ржаной с соусом	90/50	16,08	7,42	10,80	175,50	0,07	0,48	20,80	62,00	139,92	31,32	1,11
№128	Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28	0,06	7,71	0,00	7,94	31,16	11,89	0,49
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
№338	Молоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
№1П481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№1П481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
<b>ИТОГО:</b>													
<b>ВСЕГО:</b>			338,08	286,16	1195,26	8639,64	20,49	384,81	325,50	2033,88	3738,21	1375,89	96,11
<b>СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:</b>			33,81	28,62	119,53	863,96	2,05	38,48	32,55	203,39	373,82	137,59	9,61

\* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Мотильный М. П.; Тутельян В. А.; Заичева Т. А. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОИЗВОДСТВУ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВАХ (К ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95) ТИПОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гапаров М.М.Г., Вагурина А.К., Порожева А.В., Шарвафединов Х.Х., Плотникова О.А., Павлюченкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатруна И.В., Керимова М.Г. 2014г.