

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

Е.Г. Никонорова

«04» июля 2022г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

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

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. (ГОВ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А. (ГУ НИИ питания РАМН)

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

Симферопольский район Республика Крым 2022г



Согласовано:

Директор

Ирина Николаевна Шереметьева

«05» июля 2022г.

Завтраки 5-11кл

Перспективное 10-дневное меню для школьников льготный завтрак с 12 лет и старше на 2022гг

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Э/л ккал	Витаминь, мг на 100 г			Минеральные в-ва							
							В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe				
ДЕНЬ № 1																	
	Завтрак																
№203	Макароны отварные с сыром	180/10	10,15	11,94	26,00	251,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81				
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44				
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41				
	ИТОГО:		11,99	12,18	51,39	363,60	0,47	1,33	38,57	147,94	165,17	36,74	1,66				
ДЕНЬ № 2																	
	Завтрак																
№173	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	74,03	378,75	0,18	0,96	54,80	149,62	234,98	70,82	1,73				
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	4,80	1,00				
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44				
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13				
	ИТОГО:		20,25	23,89	100,64	594,95	0,65	2,26	174,80	306,42	436,58	102,82	3,30				
ДЕНЬ № 3																	
	Завтрак																
№53	Салат из свежих с зеленым горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78				
№210	Омлет натуральный	120	4,78	19,2	2	224	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78				
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44				
№386	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36				
	ИТОГО:		7,66	21,91	31,96	382,34	0,46	11,05	0,00	57,38	89,12	37,58	2,36				
ДЕНЬ № 4																	
	Завтрак																
№223	Творожная запеканка	100	18,99	14,37	36,40	351,00	0,07	2,10	74,20	163,42	222,80	31,54	1,08				
№337	Молоко ступенное	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08				
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41				
	ИТОГО:		20,76	15,99	62,60	477,00	0,11	3,91	84,20	292,42	319,20	64,94	1,57				
ДЕНЬ № 5																	
	Завтрак																
№303	Каша рисовая вязкая	180	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0,00	40,00	17,04	82,38	27,89	0,59				
№234	Виточки рыбные соусом	80/20	9,75	11,24	11,62	186	0,058	0,48	35,90	54,00	137,00	30,18	1,07				
ПР№481	Хлеб пшеничный	35	2,06	0,25	12,12	62,36	0,46	0,00	0,00	10,73	40,60	15,40	0,51				
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41				
	ИТОГО:		15,66	19,29	78,03	550,36	0,59	1,81	85,90	208,37	352,78	88,87	2,58				
ДЕНЬ № 6																	
	Завтрак																
№203	Макароны отварные с сыром	180/10	10,15	11,94	26,00	251,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81				
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44				

№378	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,16
	ИТОГО:		12,05	12,18	51,59	365,60	0,43	2,83	28,57	15,54	76,77	21,74	1,61
	ДЕНЬ № 7												
	Завтрак												
№183	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,4	47,03	378,75	0,21	1,64	65,20	183,88	245,75	99,23	2,90
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	4,80	1,00
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13
	ИТОГО:		20,39	23,89	73,64	594,95	0,68	2,94	185,20	340,68	447,35	131,23	4,47
	ДЕНЬ № 8												
	Завтрак												
№73	Икра кабачковая (консервиров)	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,02	10,00	0,00	54,54	33,48	10,86	0,44
№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
ПР№481	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	10,39	70,13	0,53	0,00	0,00	12,26	45,40	17,60	0,58
№378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
	ИТОГО:		35,71	20,67	69,19	621,13	0,65	5,85	24,60	173,62	269,70	73,53	2,47
	ДЕНЬ № 9												
	Завтрак												
№223	Творожная запеканка	100	18,99	14,37	36,40	351,00	0,07	2,10	74,20	163,42	222,80	31,54	1,08
№337	Молоко ступенное	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
	ИТОГО:		20,76	15,99	62,60	477,00	0,11	3,91	84,20	292,42	319,20	64,94	1,57
	ДЕНЬ № 10												
	Завтрак												
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	51,13	350,00	0,14	1,17	58,00	162,56	241,51	36,51	0,97
№15	Сыр твердый	10	1,54	1,96	0	24	0,00	0,05	17,30	58,60	33,30	33,00	0,06
ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
	ИТОГО:		10,50	15,11	76,52	486,60	0,58	2,55	85,30	356,96	402,41	98,11	1,88
	ИТОГО:		175,73	181,10	658,16	4 913,53	4,73	38,44	791,34	2 211,75	2 878,28	722,50	23,48

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.; Зайцева 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) ТИПОМ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ ВРАЧЕЙ-ДИЕТОЛОГОВ, МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР ДИЕТИЧЕСКИХ, СПЕЦИАЛИСТОВ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ. Тутельян В. А., Гапаров М. М. Г., Батурин А. К., Попова А. В., Шарфетдинов Х. Х., Плотникова О. А., Павлюченкова М. С., Гроздова Т. Ю., Ким И. И., Шатурная И. В., Керимова М. Г. 2014 г.