

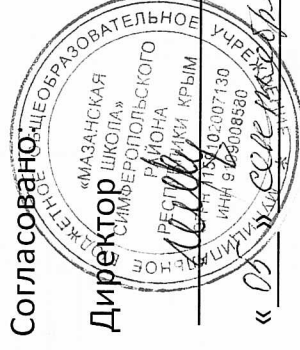
Приложение к контракту \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Е.Г. Никонорова

« 03 » *Сев.м.е.р.* 2022г.



## ОСНОВНОЕ 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(обеда)

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 ПГПУ ), Тутельян В.А. ( ГОУ НИИ питания РАМН)

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

Симферопольский район Республика Крым 2022г

**Перспективное 10-дневное меню для школьников с 12 лет и старше 2022-2023 учебный год**  
с 12 лет и старше обед

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход 12 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Э/ц ккал
<b>ДЕНЬ № 1</b>						
№67	Овощи натуральные (по сезону)	100	0,93	0,08	2,91	16,60
№ 95	Ци из свежей капусты и картофеля	250	2,75	4,50	8,00	82,50
№291	Плов из птицы	250	31,83	19,03	42,9	470
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
№389	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
<b>ИТОГО:</b>			<b>39,32</b>	<b>24,55</b>	<b>108,30</b>	<b>816,56</b>
<b>ДЕНЬ № 2</b>						
№70	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10
№104	Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	20,00	140,00
№305	Котлета рубленая из птицы с соусом	75/30	14,09	9,60	7,99	193,26
№203	Макаронны отварные	180	6,54	6,93	36,54	234,85
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
<b>ИТОГО:</b>			<b>32,25</b>	<b>31,81</b>	<b>138,12</b>	<b>988,67</b>
<b>ДЕНЬ № 3</b>						
№45	Овощи натуральные (по сезону)	100	0,93	0,08	2,91	16,60
№115	Суп картофельный с бобовыми	250	5,89	4,25	19,50	140,00
№283	Тфтели рыбные с соусом	90/20	9,29	9,05	13,23	171,56
№128	Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
<b>ИТОГО:</b>			<b>24,04</b>	<b>20,24</b>	<b>123,61</b>	<b>775,70</b>
<b>ДЕНЬ № 4</b>						
№70	Овощи натуральные (по сезону)	100	0,93	0,08	2,91	16,60
№115	Суп картофельный с крупой	250	14,43	4,80	1,71	51,25
№269	Виточки "Особые" (мясо птицы) с соусом	80/20	15,30	20,10	15,49	305,62
с.156	Каша вязкая гречневая	180	9,94	10,74	44,83	315,00
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
<b>ИТОГО:</b>			<b>1,77</b>	<b>0,22</b>	<b>10,39</b>	<b>47,00</b>

№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>45,07</b>	<b>36,75</b>	<b>131,24</b>	<b>983,93</b>
	<b>ДЕНЬ № 5</b>					
№73	Овоши натуральные (по сезону)	100	0,93	0,08	2,91	16,60
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,44	3,94	8,75	83,00
№289	Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00
№407	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37,98</b>	<b>27,46</b>	<b>86,97</b>	<b>729,06</b>
	<b>ДЕНЬ № 6</b>					
№37	Салат картофельный с огурцами	100	1,21	7,84	8,96	11,40
№104	Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	19,50	140,00
№291	Птица тушеная в соусе	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00
№171	Каша вязкая рисовая	180	10,36	13,27	65,16	422,4
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>35,07</b>	<b>37,23</b>	<b>162,82</b>	<b>1031,26</b>
	<b>ДЕНЬ № 7</b>					
№52	Салат из свежых с растит. маслом	100	0,08	0,10	8,26	92,80
№99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,25
№289	Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37,43</b>	<b>28,68</b>	<b>100,39</b>	<b>847,31</b>
	<b>ДЕНЬ № 8</b>					
№70	Овоши натуральные (по сезону)	100	0,93	0,08	2,91	16,60
№82	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	1,80	4,92	10,93	103,75
№35/8	Суфле из печени	125	25,16	8,60	3,43	192,18
№203	Макароны отварные	180	6,54	6,93	36,54	234,85
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>38,24</b>	<b>21,47</b>	<b>108,30</b>	<b>794,84</b>
	<b>ДЕНЬ № 9</b>					
№52	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10

№115	Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,50	140,00
№291	Прица тушения и соус	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00
№171	Каша вязкая пшеничная	180	7,69	10,33	44,12	300,36
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>32,59</b>	<b>36,45</b>	<b>140,11</b>	<b>1022,92</b>
	<b>ДЕНЬ № 10</b>					
№70	Овощи натуральные (по сезону)	100	0,93	0,08	2,91	16,60
№95	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,75	4,50	8,00	82,50
№258	Шницель рыбный с соусом	90/30	16,08	7,42	10,80	175,50
№128	Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
	<b>ИТОГО:</b>		<b>27,69</b>	<b>18,86</b>	<b>109,68</b>	<b>722,14</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>349,68</b>	<b>283,50</b>	<b>1209,54</b>	<b>8712,39</b>
	<b>СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>34,97</b>	<b>28,35</b>	<b>120,95</b>	<b>871,24</b>

\*Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.