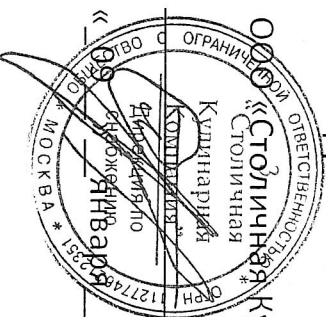


УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Л. С. Сафарян

2023 год



Согласовано:

11504, Мухометова Наталья

Директор Циклопа
Симферопольского
Республиканского
Учебно-научного
Центра «СФ»

2023 год



ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуги по организации питания

в общеобразовательном учреждении для обучающихся

5-11 классов (с 12 лет и старше) завтраки 1 смена (льготной категории)

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. (ГУ НИИ питания РАМН)

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

Симферопольский район 2023 год

№ ТК по сборнику рецептур блюд*	Наименование блюда	Выход с 12 лет и старше	Белки	Жиры	Углеводы	Э/к ккал
ДЕНЬ № 1						
	Завтрак					
№ 73	Овощи натуральные (по сезону)	50	1,35	3,58	7,24	66,63
№ 204	Макаронн. изделия с сыром	250	13,40	15,76	34,32	331,32
ПР№-481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84
№ 378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	550	17,78	19,73	73,91	545,79
ДЕНЬ № 2						
	Завтрак					
№ 173	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	74,03	378,75
№ 209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
ПР№-481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,67	15,94	100,6
	ИТОГО:	550	21,44	24,04	107,60	630,19
ДЕНЬ № 3						
	Завтрак					
№	Салат из свежих с растительным маслом	100	1,64	4,12	7,30	73,05
№ 210	Омлет натуральный	200	7,98	32,06	3,34	374,08
ПР№-481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84
№ 386	Чай с лимоном 200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00
	ИТОГО:	557	12,71	36,57	43,19	596,97
ДЕНЬ № 4						
	Завтрак					
№	Каша вязкая молочная манная	250	9,82	12,57	61,68	399,84
№ 3	Вчершбод с сыром и маслом	50	5,78	8,27	14,77	156,37
	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84
№ 378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	550	18,63	21,23	108,80	704,05
ДЕНЬ № 5						
	Завтрак					
№ 70	Овощи натуральные (по сезону)	20	0,54	1,43	2,90	26,65
№303	Каша рисовая вязкая	180	3,78	7,78	39,29	242
№334	Биточки рыбные соусом 80/20	100	9,75	11,24	11,62	186
ПР-481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	550	17,10	20,84	86,16	602,49

	ДЕНЬ № 6								
	Завтрак								
№73	Овощи натуральные (по сезону)	50	1,35	3,58	7,24	66,63			
№204	Макаронья отварные с сыром	250	13,40	15,76	34,32	331,32			
ПР№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84			
№378	Чай с лимоном 200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00			
	ИТОГО:	557	17,84	19,73	74,11	547,79			
	ДЕНЬ № 7								
	Завтрак								
№183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,36	16,23	56,43	418,75			
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00			
ПР№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84			
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,6			
	ИТОГО:	550	22,56	23,87	90,00	670,19			
	ДЕНЬ № 8								
	Завтрак								
№73	Овощи натуральные (по сезону)	50	1,35	3,58	7,24	66,63			
№291	Плов из птицы	250	31,83	19,03	42,9	470			
ПР№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84			
№378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00			
	ИТОГО:	550	37,66	24,33	83,39	705,47			
	ДЕНЬ № 9								
	Завтрак								
	Каша молочная манная	250	9,82	12,57	61,68	399,84			
	Бутерброд с сыром и маслом 30/10/10	50	5,78	8,27	14,77	156,37			
	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84			
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
	ИТОГО:	550	9,89	12,59	76,68	547,68			
	ДЕНЬ № 10								
	Завтрак								
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	51,13	350,00			
№ 209	Яйца вареные	50	5,08	4,6	0,28	63			
ПР41	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,84			
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
	ИТОГО:	550	15,23	17,90	83,76	560,84			
	ИТОГО за 10 дней		190,84	220,83	827,60	6 111,46			
	Среднее за 10 дней:		19,08	22,08	82,76	611,15			

*Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2017 год. Могилевский М.П., Тугельян В.А.