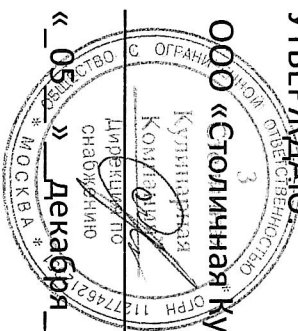


Могилевский

УТВЕРЖДАЮ:



ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Л. С. Сафарян

« 05 » декабря 2022 год

Согласовано:



Директор

И. В. Мухоморова

« 05 » декабря 2022 год

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуги по организации питания

в общеобразовательном учреждении для обучающихся

5-11 классов (с 12лет 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 Могилевский 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 2022 год

Основное 10-дневное меню для школьников дошкольного возраста с 12 лет и старше на 2022-2023гг

Завтраки 5-11кл

№ ТК по сборнику рецептов блюд*	Наименование блюда	Выход 12 лет и старше	с	Белки	Жиры	Углеводы	э/д ккал
ДЕНЬ № 1							
	Завтрак						
№ 10	Салат из горошка зеленого консервированного	50		1,48	2,59	3,27	41,80
№ 203	Макаронные отварные с сыром 240/10	250		13,40	15,76	34,32	331,32
ПР№ 481	Хлеб пшеничный	50		2,96	0,37	17,35	87,66
№ 376	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	550		17,91	18,74	69,94	520,78
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	87,66
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200		3,02	2,67	15,94	100,6
	ИТОГО:	550		21,44	24,04	107,60	630,01
ДЕНЬ № 3							
	Завтрак						
№ 53	Салат из свежих и зеленого горошка	100		1,63	4,11	7,28	72,90
№ 210	Омлет натуральный	200		11,15	19,86	2,1	231,72
ПР№ 481	Хлеб пшеничный	50		2,96	0,37	17,35	87,66
№ 386	Чай с лимоном 200/7	207		0,13	0,02	15,20	62,00
	ИТОГО:	557		15,87	24,36	41,93	454,28
ДЕНЬ № 4							
	Завтрак						
№ 181	Каша вязкая молочная манная	250		9,82	12,57	61,68	399,84
№ 3	Бутерброд с сыром и маслом	50		5,78	8,27	14,77	156,37
ПР№ 481	Хлеб пшеничный	50		2,96	0,37	17,35	87,66
№ 378	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	550		18,63	21,23	108,80	703,87
ДЕНЬ № 5							
	Завтрак						
№ 70	Овощи натуральные (по сезону)	20		0,14	0,02	0,38	2,40
№303	Каша рисовая вязкая	180		4,24	8,74	44,19	272,24
№234	Биточки рыбные соусом 80/20	100		8,6	7,00	12,00	145,00
ПР№ 481	Хлеб пшеничный	50		2,96	0,37	17,35	87,66
№376	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	550		16,01	16,15	88,92	567,30

	ДЕНЬ № 6								
	Завтрак								
№10	Салат из зеленого горошка	50							
№203	Макаронны отварные с сыром	250	13,40	15,76		34,32		331,32	
ПРН№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37		17,35		87,66	
№378	Чай с лимоном 200/7	207	0,13	0,02		15,20		62,00	
	ИТОГО:	557	16,49	16,15		66,87		480,98	
	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	
ПРН№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37		17,35		87,66	
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67		15,94		100,6	
	ИТОГО:	550	22,56	23,87		90,00		670,01	
	ДЕНЬ № 8								
	Завтрак								
№70	Овощи натуральные (по сезону)	50	0,35	0,05		0,95		6,00	
№ 259	Жаркое по-домашнему	250	17,93	16,73		21,71		310,00	
ПРН№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37		17,35		87,66	
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02		15,00		60,00	
	ИТОГО:	550	21,31	17,17		55,01		463,66	
	ДЕНЬ № 9								
	Завтрак								
№181	Каша молочная манная жидкая	250	9,82	12,57		61,68		399,84	
№3	Бульброд с сыром и маслом 30/10/10	50	5,78	8,27		14,77		156,37	
ПРН№481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37		17,35		87,66	
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02		15,00		60,00	
	ИТОГО:	550	9,89	12,59		76,68		547,50	
	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		63,00	
ПРН481	Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37		17,35		87,66	
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02		15,00		60,00	
	ИТОГО:	550	15,23	17,90		83,76		560,66	
	ИТОГО за 10 дней		175,34	192,20		789,51		5 599,05	
	Среднее за 1 день :		17,53	19,22		78,95		559,91	
	*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2017 год. Могилянский М.П., Гутельян В.А.								

Пронумеровано и
прошнуровано

« _____ » 20 ____ г.

Д. С. Сафарян
Ф.И.О. _____

Директ
служб

