

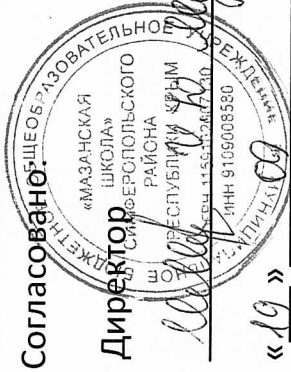
Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Е.Г.Никонорова

2022г.



ОСНОВНОЕ 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. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А. (ГУУ НИИ питания РАМН)

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

Симферопольский район Республика Крым 2022г

Основное 10-дневное меню для школьников льготной категории 5-11 классы на 2022-23гг.

12-18 лет.

Возрастная категория:

№ ТК по сборнику рецептов блюд*	Наименование блюда	Выход лег и старше	с 12	Белки	Жиры	Углеводы	Э/д ккал
ДЕНЬ № 1							
	Завтрак						
№73	Овощи натуральные (по сезону)	50		1,35	3,58	7,24	66,63
№203	Макаронные 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 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						
№52	Салат из свежеслы отварной	100		1,44	0,60	8,26	92,80
№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		12,51	33,05	44,15	616,72
ДЕНЬ № 4							
	Завтрак						
№ 181	Каша молочная манная жидкая	250		9,82	12,57	61,68	399,84
№3	Бутерброд с сыром и маслом 30/10/10	50		5,78	8,27	14,77	156,37
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		18,63	21,23	108,80	704,05
ДЕНЬ № 5							
	Завтрак						
№73	Овощи натуральные (по сезону)	20		0,54	1,43	2,9	26,65
№303	Каша рисовая вязкая	180		3,78	7,78	39,29	242
№234	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						
№203	Макаронные 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
ПР№481	Хлеб ржаной	50		2,05	0,40	17,60	85,82
№378	Чай с лимоном 200/7	207		0,13	0,02	15,20	62,00
	ИТОГО:	557		18,54	16,55	84,47	566,98

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			
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									
№ 181	Каша молочная манная жидкая	250	9,82	12,57	61,68	399,84			
№3	Бутерброд с сыром и маслом 30/10/10	50	5,78	8,27	14,77	156,37			
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	18,63	21,23	108,80	704,05			
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			
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	15,23	17,90	83,76	560,84			
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД (10 дней):	5 514	200,08	222,77	871,04	6 306,77			
	СРЕДНИЙ ЗА ПЕРИОД (10 дней):	551	20,01	22,28	87,10	630,68			

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2017 год. Могилынский М.П., Гутельян В.А.

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.