

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»



Е.Г.Никонорова

« » 2022г.

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

Согласовано:

Директор  
  
« » 2022г.



### ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием Симферопольского района республики Крым для учащихся льготной категории 7-11лет, 1 смены (обед)

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. (ГОО ВПО ПГТУ), Тутельян В.А. (ГУУ 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 7-11 лет 2022 -2023 учебный год**

**1-4кл обед**

№ ТК по сборнику рецептов блюд	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц кккл
<b>ДЕНЬ № 1</b>						
№70	Овощи натуральные ( по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№ 95(2)	Щи из свежей капусты и картофеля	200	2,20	3,60	6,40	66,00
№291	Плов из птицы	200	20,40	19,16	32,50	396,00
№389	Соф 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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,96</b>	<b>23,59</b>	<b>88,13</b>	<b>690,25</b>
<b>ДЕНЬ № 2</b>						
№70	Винегрет овощной	60	0,84	6	4,37	75,06
№104	Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
№305	Котлета рубленая из птицы с соусом	60/30	14,09	7,39	6,09	147,25
№ 203	Макароны отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71
№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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,65</b>	<b>24,24</b>	<b>111,21</b>	<b>774,37</b>
<b>ДЕНЬ № 3</b>						
№70	Овощи натуральные ( по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№115	Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	112,00
№283	Тефтели рыбные с соусом	80/20	8,26	8,05	11,76	152,50
№128	Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
№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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>19,68</b>	<b>17,24</b>	<b>105,77</b>	<b>664,45</b>
<b>ДЕНЬ № 4</b>						
№70	Овощи натуральные ( по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№115	Суп картофельный с крупой	200	11,55	3,84	1,37	41,00

№269	Биточки "Особые" (мясо птицы) с соусом	70/20	10,20	13,40	10,33	203,75
с.156	Каша вязкая гречневая	150	8,29	8,95	37,36	262,50
№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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>34,06</b>	<b>27,11</b>	<b>110,10</b>	<b>783,50</b>
	<b>ДЕНЬ № 5</b>					
№70	Овощи натуральные ( по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00
№289	Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
№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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30,30</b>	<b>22,77</b>	<b>74,64</b>	<b>688,75</b>
	<b>ДЕНЬ № 6</b>					
№70	Салат картофельный с огурцами	60	0,72	4,7	5,37	68,4
№104	Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
№ 290	Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00
№171	Каша вязкая рисовая	150	8,64	11,06	54,3	352
№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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,48</b>	<b>28,05</b>	<b>131,90</b>	<b>884,75</b>
	<b>ДЕНЬ № 7</b>					
№70	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,56	0,05	1,75	10
№99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,31	76,20
№342	Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
№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	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30,30</b>	<b>22,98</b>	<b>80,89</b>	<b>711,85</b>
	<b>ДЕНЬ № 8</b>					
№70	Овощи натуральные ( по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9

№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,44	3,94	1,44	3,94	1,44	3,94
№255	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	13,26	11,23	13,26	11,23
№203	Макароны отварные	150	5,45	5,78	30,45	30,45	195,71	195,71
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	6,92	35,06	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	10,57	51,49	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,51</b>	<b>21,78</b>	<b>94,38</b>	<b>94,38</b>	<b>439,13</b>	
	<b>ДЕНЬ № 9</b>							
№70	Винегрет овощной	60	0,56	0,05	1,75	1,75	10	10
№115	Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	15,60	112,00	112,00
№ 290	Птица тушенная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	1,93	108,00	108,00
№ 156	Каша вязкая пшеничная	150	6,41	8,61	36,77	36,77	250,30	250,30
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	32,01	132,80	132,80
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	6,92	35,06	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	10,57	51,49	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,89</b>	<b>20,15</b>	<b>115,35</b>	<b>115,35</b>	<b>746,65</b>	
	<b>ДЕНЬ № 10</b>							
№70	Овоши натуральные ( по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	1,74	9,9	9,9
№95	Щи из свежей капусты и картофеля	200	2,20	3,60	6,40	6,40	66,00	66,00
№258	Шницель рыбный с соусом	80/20	14,30	6,60	9,60	9,60	156,00	156,00
№128	Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	21,50	141,90	141,90
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	27,88	114,6	114,6
№338	Фрукты свежие ( по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	6,92	35,06	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	10,57	51,49	51,49
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,32</b>	<b>15,99</b>	<b>94,41</b>	<b>94,41</b>	<b>621,95</b>	
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>260,15</b>	<b>223,87</b>	<b>1006,78</b>	<b>1006,78</b>	<b>7005,65</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:</b>		<b>26,02</b>	<b>22,39</b>	<b>100,68</b>	<b>100,68</b>	<b>700,57</b>	
	*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов)							
	2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.							