

каше 2

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

Е.Г.Никонорова

« ✓ » апрель 2022г.



Согласовано:

Директор

[Handwritten signature]

« ✓ » апрель 2022г.



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений Симферопольского района республики Крым для учащихся 1-4 классов (7-11лет) ,1смены (завтрак)

С использованием :

Сборник рецептур 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 2.3/2.4.3590-20г, Таблица №2

Симферопольский район Республика Крым 2022

Перспективное 10-дневное меню для школьников завтрак с 7-11 лет на 2022гг

Завтраки 1-4кл

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe
ДЕНЬ № 1													
Завтрак													
№203	Макароны отварные с сыром	150/10	8,46	9,95	21,32	209,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	10,00	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ИТОГО:			10,78	17,84	56,84	434,60	0,50	11,33	78,57	166,34	176,17	48,74	3,88
ДЕНЬ № 2													
Завтрак													
№173	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	47,03	378,75	0,18	0,96	54,80	149,62	234,98	70,82	1,73
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	15,00	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13
Пр	Печенье весовое	15	1,15	1,8	10,41	62,7	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
ИТОГО:			16,40	28,34	88,51	660,65	0,62	2,26	123,80	287,05	360,01	101,02	2,55
ДЕНЬ № 3													
Завтрак													
№53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78
№210	Омлет натуральный	120	4,78	19,2	2	224	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№386	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ИТОГО:			8,06	22,31	41,76	429,34	0,49	21,05	0,00	73,38	100,12	46,58	4,56
ДЕНЬ № 4													
Завтрак													
№223	Творожная запеканка	100	18,99	14,37	36,40	351,00	0,07	2,10	74,20	163,42	222,80	31,54	1,08
	Молоко гущенное	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08
ПР№	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№382	Какао с молоком	200	4,07	3,5	17,57	118,6	0,06	1,58	24,40	152,20	124,00	21,34	0,47
Пр	Печенье весовое	50	3,85	6	34,7	209	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№338	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ИТОГО:			30,78	26,09	120,06	844,20	0,55	14,16	107,60	343,45	396,43	93,08	4,50
ДЕНЬ № 5													
Завтрак													
№303	Каша вязкая рисовая	150	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0,00	40,00	17,04	82,38	27,89	0,59
№234	Биточки рыбные с соусом	80/20	9,75	11,24	11,62	186	0,058	0,48	35,90	54,00	137,00	30,18	1,07
ПР481	Хлеб пшеничный	35	2,06	0,25	12,12	62,36	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
ПР	Печенье весовое	15	1,15	1,8	10,41	62,7	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
ИТОГО:			16,81	21,09	88,44	613,06	0,53	1,81	94,90	207,07	347,21	86,67	2,74
ДЕНЬ № 6													

	Завтрак												
№103	Макаронны отварные с сыром	150/10	8,46	9,95	21,32	209,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
№11	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
ПР№181	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№178	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
№138	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого:		10,84	17,84	56,84	436,60	0,46	12,83	68,57	53,94	87,77	35,74	3,83
	ДЕНЬ № 7												
	Завтрак												
№183	Молочная каша геркулесовая	200	8,31	13,12	37,63	303	0,21	1,64	65,20	183,88	94,75	99,73	2,90
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	1,80	1,00
ПР№181	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№179	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	11,00	0,1
ПР	Печенье весовое	20	1,54	2,4	13,88	83,6	0,00	0,00	9,00	0,75	0,75	0,00	0,00
	Итого:		19,86	23,01	78,12	602,80	0,68	2,94	194,20	340,91	117,38	131,73	1,10
	ДЕНЬ № 8												
	Завтрак												
№73	Икра кабачковая (консервиров)	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,02	10,00	0,00	54,54	33,48	10,86	0,11
№291	Плов из птицы	200	25,47	18,23	34,33	376	0,08	4,52	14,60	34,76	131,80	40,55	1,40
ПР№181	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	10,39	70,13	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№178	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	13,40	0,41
	Итого:		30,98	21,18	69,34	607,41	0,54	15,85	24,60	225,10	292,58	79,99	2,77
	ДЕНЬ № 9												
	Завтрак												
№223	Творожная запеканка	100	18,99	14,37*	36,40	351,00	0,07	2,10	74,20	163,42	222,80	31,54	1,08
	Молоко сгущенное	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,01	0,10	14,58	20,08	17,46	3,50	0,09
ПР№181	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№382	Какао с молоком	200	4,07	3,5	17,57	118,6	0,06	1,60	40,00	236,00	192,00	32,00	
ПР	Печенье весовое	50	3,85	6	34,7	209	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого:		30,78	26,09	120,06	844,20	0,57	13,80	137,78	444,93	478,29	89,24	4,04
	ДЕНЬ № 10												
	Завтрак												
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	13,62	350,00	0,14	1,17	58,00	162,56	241,51	36,51	0,97
№15	Сыр твердый (порционный)	15	2,32	2,95	0	36	0,00	0,07	26,00	88,00	50,00	50,00	0,10
ПР№181	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№178	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
ПР	Печенье весовое	15	1,15	1,8	10,41	62,7	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
	Итого:		12,43	17,90	49,42	561,30	0,58	2,57	103,00	386,59	419,34	115,11	2,15
	Итого:		187,72	221,69	769,39	6 034,16	5,52	98,60	933,02	2 528,76	3 105,50	827,40	35,73

*Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.; Зайцева Т. А. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОИЗВОДСТВУ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВАХ (К ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95) ТИПОВ ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гаптаров М.М.Г., Батурич А.К., Пожежева А.В., Парфеддинов Х.Х., Плотицкова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким Н.И., Шатурная Н.В., Керимова М.Г. 2014г.

Пронумеровано и
прошнуровано

«Группа» 20 г.

Компаний
Филиал
Менеджер
ЛИСТОВ

ФИО

подпись

