

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

№



СОГЛАСОВАНО:

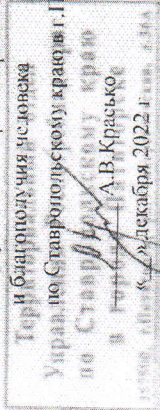
Начальник управления образования администрации Минераловодского городского округа

Л.А. Безруких

« 08 » декабря 2022 г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник ГОУ управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека



Перспективное десятидневное меню горячего питания (завтрак) для учащихся общеобразовательных учреждений Минераловодского городского округа на 2022-2023 учебный год

Сезон: Зима-весна

1 кв. - 202. Возраст 11-17 лет 2023 г.

Table with columns: № рецептуры, Наименование блюда, Выход г, Цена, Пищевые вещества (Б, Ж, У, К, В1, С, А, Е, Са, Р, Mg, Fe), Энерг. Ценность (ккал), Витамины, мг, Минеральные вещества, мг. Includes sub-sections for '1 неделя' and 'ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ'.

к/к	Хлеб пшеничный	30	1,76	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			55,17	12,88	19,26	61,81	587,88	0,16	12,89	118,00	279,93	236,22	53,83	4,40
ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ														
№291_сбор_2005г_под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,38	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64
№457_сбор_2021г_под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,46	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20
№341_сбор_2005_под ред. Могильного	Апельсины свежие калиброванные: 1 шт.	200	26,87	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,87	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			81,58	31,14	31,25	115,76	828,95	0,21	105,08	64,80	1,08	136,23	362,65	103,69
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ														
№223_сбор_2005г_под ред. Могильного	Запеканка из творога со ступеным молоком	150/10	64,90	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30
№459_сбор_2021г_под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,77	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00
№338_сбор_2005_под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные	120	10,76	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,76	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			80,19	28,71	20,44	85,43	586,53	0,17	13,44	111,00	0,98	255,08	364,07	59,08
Всего завтрак: 1 неделя:(средняя)			363,22	118,88	123,49	420,08	3281,25	1,18	192,41	760,80	9,18	948,94	1739,22	413,83
II неделя														
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ														
№174_сбор_2005г_под ред. Могильного	Каши вязкая молочная из риса с маслом	200/5	16,26	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80
№14_сбор_2005г_под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.г.ж не менее 72,5%	10	7,50	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00
№15_сбор_2005г_под ред. Могильного	Сыр Российский	15	11,50	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25
№338_сбор_2005_под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	10,76	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88
№457_сбор_2021г_под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,46	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,76	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			49,24	10,69	16,64	67,96	584,88	0,12	12,19	99,00	1,34	171,43	192,22	52,03
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ														
№231_сбор_2012г_под ред. Могильного	Сырники из творога со ступеным молоком	150/10	63,70	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40
№462_сбор_2021г_под ред. Перевалова	Какао с молоком	200	9,94	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30
к/к	Блюгодурт в под.улак.	125	28,17	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,87	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			103,68	32,13	26,65	81,62	639,20	0,27	13,59	106,20	4,23	405,20	494,00	109,80
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ														
№282_сбор_2012г_под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	53,67	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50
№203_сбор_2005г_под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	8,59	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13
№459_сбор_2021г_под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,77	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,76	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого завтрак:			66,79	23,92	18,02	71,69	574,75	0,19	1,15	53,75	1,97	69,18	169,33	34,53
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ														
№240_сбор_2012г_под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с молоком ступеным	150/10	57,72	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	28,20
№465_сбор_2021г_под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	10,07	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60
№338_сбор_2005_под ред. Могильного	Яблоки свежие калиброванные 1 шт.	150	23,30	2,18	0,00	35,40	150,00	0,06	13,50	0,00	0,00	11,25	39,00	54,75
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,87	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
Итого завтрак:			92,96	27,38	18,87	88,46	603,70	0,22	16,19	127,00	0,98	304,80	415,65	109,65
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ														

№294, сбор 2012г. под ред. Монгильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,49	16,64	15,34	30,29	145,63	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171, сбор 2005г. под ред. Монгильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	13,52	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№457, сбор 202 г. под ред. Персвалюва	Чай с сахаром	200/10	1,46	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№338, сбор 2005 под ред. Монгильного	Яблоки свежие сезонные калибровальные	120	10,76	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,33	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:			60,56	31,11	23,50	118,62	673,16	0,48	13,38	72,50	2,57	95,04	454,90	214,14	27,90
Всего завтрак: 2 недели (средняя)			373,23	125,23	103,68	428,35	3075,69	1,29	56,50	458,45	11,09	1045,65	1726,10	520,15	42,78
Всего за 10 дней:			736,45	244,11	227,17	848,43	6356,94	2,46	248,91	1219,25	20,27	1994,59	3465,32	933,98	70,43
Средняя за 10 дней:			73,65	24,41	22,72	84,84	635,69	0,25	24,89	121,93	2,03	199,46	346,53	93,40	7,04

*** При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).**

Стоимость рационов питания составляет 73,65 рублей (с учетом 0% налога на добавленную стоимость и 0% налога на импортные товары)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2021г., 2004г., 2011г., 2012г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горячие завтраки ----- 73,55 руб.

Нормы выхода

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выпитие.

начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Кузнецова Ю.С.