

Приложение к контракту № 01/03-22

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен-менеджмент»

Е.Г.Никонорова

«01» марта 2022г.

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

Перспективное 10-дневное меню для школьников с 7-11 лет 2022 год

1-4кл. обед															
Наименование блюда		Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные вещества					
ДЕНЬ № 1	В1						С	А	Са	Р	Mg	Fe			
№70	Огулец консервированный	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26	
№95(2)	Щи из свежей капусты и картофеля	200	2,20	3,60	6,40	66,00	0,05	12,62	0,00	0,00	39,20	17,70	0,66		
№291	Плов из птицы	200	20,40	19,16	32,50	396,00	0,05	0,34	0,00	0,00	28,92	206,00	42,60	2,86	
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80	
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	0,00	26,10	9,90	0,33		
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93	
ИТОГО:			25,78	23,57	87,55	686,95	0,49	30,46	0,00	0,00	115,42	327,16	99,70	10,04	
№70	Винегрет овощной	60	0,84	6	4,37	75,06	0,01	5,25	0,00	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40	
№104	Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00	0,05	6,43	0,00	0,00	6,62	25,93	9,91	0,41	
№305	Котлета рубленая из птицы с соусом	60/30	14,09	7,39	6,09	147,25	0,09	1,12	0,00	0,00	13,73	81,00	14,60	1,14	
№203	Макароны отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71	0,06	0,00	0,00	0,00	12,14	39,45	8,55	0,85	
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70	
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33	
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93	
ИТОГО:			25,65	24,24	111,21	774,37	0,59	23,53	48,57		99,77	256,22	84,42	6,96	
№70	Огулец консервированный	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26	
№115	Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	112,00	0,09	6,60	0,00	0,00	23,36	54,06	21,82	0,90	
№283	Тфтели рыбные с соусом	80/20	8,26	8,05	11,76	152,50	0,00	1,44	18,50	0,00	63,81	122,38	20,35	0,63	
№128	Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90	0,05	6,43	0,00	0,00	6,62	25,93	9,91	0,41	
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,90	0,00	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95	
№338	Мандарины свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33	
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93	
ИТОГО:			19,50	17,22	105,19	661,15	0,52	28,87	18,50		141,07	287,33	88,62	6,61	
№70	Икра кабачковая (консервиров)	40	1,08	2,87	5,81	53,5	0,01	3,50	0,00	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26	
№115	Суп картофельный с крупой	200	11,55	3,84	1,37	41,00	0,00	0,60	0,00	0,00	17,60	10,00	4,40	0,16	
№269	Биточки "Особые" (мясо птицы)	70	10,20	13,40	10,33	203,75	0,11	0,18	15,13	0,00	29,36	124,95	23,38	1,70	
№125	Картофель отварной	150	2,88	5,65	19,98	150,00	0,15	20,60	28,57	0,00	19,50	79,70	29,02	1,17	
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70	
№338	Мандарины свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33	
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93	
ИТОГО:			29,18	26,63	96,79	714,60	0,65	35,61	43,70		132,04	318,65	105,66	7,45	
№70	Огулец консервированный	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26	
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	0,00	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98	
№289	Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50	3,30	18,88	3,20	0,00	109,00	64,50	61,33	0,18	
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80	
№338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33	
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93	
ИТОГО:			30,12	22,75	74,06	685,45	3,73	44,92	3,20		195,88	190,14	121,63	7,68	
№70	Салат картофельный с огурцами	60	0,72	4,7	5,37	68,4	0,01	5,25	0,00	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40	
№104	Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00	0,05	6,43	0,00	0,00	6,62	25,93	9,91	0,41	
№290	Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00	0,01	1,20	0,00	0,00	23,60	117,03	20,27	2,00	

№171	Каша вязкая рисовая	150	8,64	11,06	54,3	352	0,14	0,96	54,80	147,07	231,03	44,33	2,37
№149	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	37,01	132,80	0,02	0,73	0,00	32,48	33,44	17,46	0,70
№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
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93
ИТОГО:			23,48	28,05	131,90	884,75	0,59	24,57	54,80	244,57	473,83	125,87	9,34
ДЕНЬ № 7													
№70	Салат из свежесы с растительным маслом	60	0,56	0,05	1,75	10	0,01	5,25	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40
№99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,31	76,20	0,06	8,30	0,00	27,88	39,42	16,60	0,62
№342	Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50	3,30	18,88	3,20	109,00	64,50	61,33	0,18
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
№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
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93
ИТОГО:			30,30	22,98	80,89	711,85	3,74	43,33	3,20	185,86	194,72	116,97	5,61
ДЕНЬ № 8													
№70	Огулец консервированный	40	0,37	0,03	0,37	0,03	1,16	6,66	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной со сметаной	200/10	1,44	3,94	1,44	3,94	8,75	83,00	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98
№255	Печень по-строгански	100	13,26	11,23	13,26	11,23	3,52	185,00	57,80	33,24	239,32	17,47	5,00
№203	Макарона отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71	0,06	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80
№338	Макарона свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93
ИТОГО:			23,33	21,76	93,01	429,26	13,87	288,66	86,37	132,26	402,53	85,91	13,31
ДЕНЬ № 9													
№70	Винегрет овощной	60	0,56	0,05	1,75	10	0,01	5,25	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40
№115	Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	112,00	0,09	6,60	0,00	23,36	54,06	21,82	0,90
№290	Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00	0,01	1,20	0,00	23,60	117,03	20,27	2,00
№156	Каша вязкая пшеничная	150	6,41	8,61	36,77	250,30	0,12	0,00	37,50	26,67	146,69	47,05	1,54
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
№338	Макарона свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93
ИТОГО:			23,89	20,15	115,35	746,65	0,61	23,78	37,50	140,91	427,62	140,50	9,00
ДЕНЬ № 10													
№70	Икра кабачковая (консервиров)	40	1,08	2,87	6	53,33	0,01	3,50	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26
№95	Щи из свежей капусты и картофеля	200	2,20	3,60	6,40	66,00	0,05	12,62	0,00	39,40	39,20	17,70	0,66
№258	Шницель рыбный с соусом	80/20	14,30	6,60	9,60	156,00	0,06	0,43	18,50	55,16	124,38	27,91	0,99
№128	Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90	0,05	6,43	0,00	6,62	25,93	9,91	0,41
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
№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
№1Р481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
№1Р481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49	0,03	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93
ИТОГО:			23,85	18,81	98,67	665,38	0,54	33,88	18,50	148,46	274,47	92,06	6,73
ВСЕГО:			255,08	226,16	994,62	6960,41	25,33	577,61	314,34	1536,24	3152,67	1061,34	82,73
СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:			25,51	22,62	99,46	696,04	2,53	57,76	31,43	153,62	315,27	106,13	8,27

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Мотыльков 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) ТИТОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гаптаров М.М.Г., Батурина А.К., Погожева А.В., Шарифетдинов Х.Х., Плотнокова О.А., Павлючикова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурина И.В., Керимова М.Г. 2014г.

Пронумеровано и
пропнуровано

« 20 Г. »

Группа 1

лист

Методичка

ФИО

подпись

10774641063