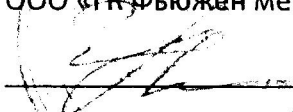


УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК «Бюджет менеджмент»

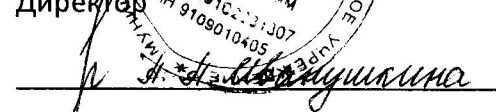
 Е.Г.Никонорова

«04» 04 2022г.

Приложение к контракту _____ от _____

Согласовано:

Директор



«04» апреля 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 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 2.3/2.4.3590-20г, 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/д ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Са	Р	Mg	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
ПРН№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
ПРН№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
ПРН№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 сгущенное	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08
ПРН№	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												
№203	Макарона отварные с сыром	150/10	8,46	9,95	21,12	209,00	0,03	0,00	28,57	12,14	17,57	8,14	0,81
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	1,00	0,02
ПРН№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
№378	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
№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:		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	245,75	99,23	2,90
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	4,80	1,00
ПРН№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
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13
ПР	Печенье весовое	20	1,54	2,4	13,88	83,6	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
	ИТОГО:		19,86	23,01	78,12	602,80	0,68	2,94	194,20	340,91	447,58	131,23	4,70
	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	0,44
№291	Глов из птицы	200	25,47	15,23	34,33	376	0,08	4,52	14,60	34,76	131,50	40,53	1,48
ПРН№481	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
№378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	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
ПРН№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
№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 (порционно)	15	2,32	2,95	0	36	0,00	0,07	26,00	88,00	50,00	50,00	0,10
ПРН481	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
№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
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) ТИТОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гаппаров М.М.Г., Батурин А.К., Погожева А.В., Шарафетдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.

Пронумеровано и
прошнуровано

« » 20 г.

ЛИСТОВ

ФИО

подпись