

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

 Е.Г.Никонорова

«28» марта 2022г.

Согласовано: 
Директор 
«28» марта 2022г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием Симферопольского района республики Крым для учащихся 7-11 лет, 10дневное (2я смена)

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 2022г

	Наименование блюда	с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал	В1	С	А	Са	С	Дж	Дж
	ДЕНЬ № 1												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26
№ 95(2)	Щи из свежей капусты	200	2,20	3,60	6,40	66,00	0,05	12,62	0,00	39,40	39,20	17,70	0,66
№291	Плов из птицы	200	25,47	15,23	34,33	376,00	0,05	0,34	0,00	28,92	206,00	42,60	2,86
№389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80
№ПР481	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
№ПР481	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:		30,45	19,24	79,58	619,95	0,46	20,46	0,00	99,42	316,16	90,70	7,84
	ДЕНЬ № 2												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,84	6	4,37	75,06	0,01	5,25	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	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	20,00	13,73	81,00	14,60	1,14
№ 203	Макароны отварные с маслом	150	5,45	5,78	30,45	195,71	0,06	0,00	28,57	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	32,48	23,44	17,46	0,70
№	Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№ПР481	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
№ПР481	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:		25,27	25,27	112,61	764,87	0,56	13,53	57,57	84,00	245,45	75,42	4,99
	ДЕНЬ № 3												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	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	23,36	54,06	21,82	0,90
№283	Тефтели рыбные с соусом	80/20	8,26	8,05	11,76	152,50	0,00	1,44	18,50	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	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	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
№ПР481	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
№ПР481	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:		19,50	17,22	105,19	661,15	0,52	28,87	18,50	141,07	287,33	88,62	6,61
	ДЕНЬ № 4												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	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	17,60	10,00	4,40	0,16
№269	Биточки "Особые"	70	10,20	13,40	10,33	203,75	0,11	0,18	15,13	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	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	32,48	23,44	17,46	0,70
№	Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№ПР481	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
№ПР481	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:		28,09	24,82	93,54	658,20	0,62	25,61	52,70	116,27	307,88	96,66	5,48
	ДЕНЬ № 5												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26
№82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	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	109,00	64,50	61,33	0,18
№389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80
№ПР481	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
№ПР481	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:		29,72	22,35	64,26	638,45	3,70	34,92	3,20	179,88	179,14	112,63	5,48
	ДЕНЬ № 6												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,72	4,7	5,37	68,4	0,01	5,25	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	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	23,60	117,03	20,27	2,00

№1ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06	0,30	0,00	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93
№1ПР481	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	Овощи натуральные (по сезону)	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
№	Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№1ПР481	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
№1ПР481	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:		29,92	24,01	82,29	702,35	3,71	33,33	12,20	170,09	183,95	107,97	3,64
	ДЕНЬ № 8												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26
№82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98
№255	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185,00	0,20	8,45	5782,00	33,24	239,32	17,47	5,00
№203	Макароны отварные с маслом	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 (в ассортименте)	200	0,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80
№1ПР481	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
№1ПР481	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:		22,93	21,36	81,57	641,66	0,66	24,49	5810,57	116,26	391,53	76,91	11,11
	ДЕНЬ № 9												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	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 (крупа в ассортименте)	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
№	Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№1ПР481	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
№1ПР481	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:		23,51	21,18	116,75	737,15	0,58	13,78	46,50	125,14	416,85	131,50	7,03
	ДЕНЬ № 10												
№70	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,37	0,03	1,16	6,6	0,01	3,50	0,00	3,30	11,66	5,00	0,26
№95	Щи из капусты свежей	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
№1ПР481	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
№1ПР481	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:		22,74	15,57	84,03	571,65	0,51	23,88	18,50	132,46	263,47	83,06	4,53
	ВСЕГО:		255,61	219,07	951,72	6880,18	11,91	243,44	6074,54	1409,16	3065,59	989,34	66,05
	СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:		25,56	21,91	95,17	688,02	1,19	24,34	607,45	140,92	306,56	98,93	6,61

*Сборник рецептов 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., Батуринов А.К., Пожегова А.В., Шарфетдинов 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.
на 32 сест

Е.Г.Никонорова

ФИО

подпись