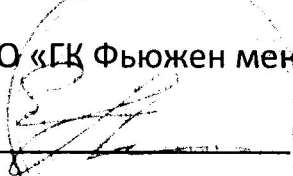


Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

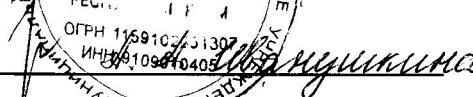
ООО «ГК Фьюжен менеджмент»


Е.Г.Никонорова

«04» 04 2022г.

Согласовано:

Директор



«04» апреля 2022г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений Симферопольского района республики Крым для учащихся льготной категории(12 лет и старше) , 1,2 смены(обеда)

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

Перспективное 10-дневное меню для школьников с 12 лет и старше 2022 год

с 12 лет и старше обед

	Наименование блюда	Выход с 12 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ДЕНЬ № 1												
№67	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00							
№ 95	Щи из свежей капусты и картофеля	250	2,75	4,50	8,00	82,50	0,06	15,77	0,00	49,25	49,00	22,12	0,82
№291	Плов из птицы	250	31,83	19,03	42,9	470	0,08	4,52	14,60	34,76	131,50	40,53	1,48
№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
№389	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
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		38,95	24,52	107,14	809,96	1,14	34,29	14,60	135,81	284,10	107,40	9,24
	ДЕНЬ № 2												
№70	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10	0,02	3,50	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60
№104	Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	20,00	140,00	0,06	8,03	0,00	8,27	32,40	12,38	0,51
№305	Котлета рубленая из птицы с соусом	75/30	14,09	9,60	7,99	193,26	0,12	1,14	21,56	14,20	81,20	16,23	1,25
№203	Макароны отварные	180	6,54	6,93	36,54	234,85	0,07	0,00	34,28	14,56	45,08	9,76	0,97
№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	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
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		32,25	31,81	138,12	988,67	1,27	23,40	55,84	130,31	308,32	106,58	8,17
	ДЕНЬ № 3												
№45	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82
№115	Суп картофельный с бобовыми	250	5,89	4,25	19,50	140,00	0,11	8,25	0,10	29,20	67,57	27,27	1,12
№283	Тефтели рыбные с соусом	90/20	9,29	9,05	13,23	171,56	0,00	1,62	20,81	71,78	137,67	22,89	0,70
№128	Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28	0,06	7,71	0,00	7,94	31,16	11,89	0,49
№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	Мандарины свежие	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	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		23,67	20,21	122,45	769,10	1,21	38,11	20,91	192,10	386,20	123,47	8,22
	ДЕНЬ № 4												
№70	Икра кабачковая (консервиров)	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82
№115	Суп картофельный с крупой	250	14,43	4,80	1,71	51,25	0,00	0,75	0,00	22,00	12,50	5,50	0,20
№269	Биточки "Особые" (мясо птицы)	80	15,30	20,10	15,49	305,62	0,17	0,27	22,69	44,04	186,00	35,07	2,55
№125	Картофель отварной	180	3,45	6,78	23,97	180,00	0,06	24,72	0,00	23,40	72,27	34,82	1,40
№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	Мандарины свежие	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	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		39,28	37,02	116,19	912,61	1,27	46,10	22,69	190,92	439,61	149,13	9,81
	ДЕНЬ № 5												
№73	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	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	250	31,80	22,50	20,82	382,00	4,12	23,60	4,00	136,25	80,60	76,66	0,18
№407	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
№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
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		37,61	27,43	85,81	722,46	5,20	55,77	4,00	259,03	271,08	161,84	8,92
	ДЕНЬ № 6												
№37	Салат картофельный с огурцами	100	1,21	7,84	8,96	11,40	0,04	6,03	0,00	18,50	43,20	15,20	0,68
№104	Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	19,50	140,00	0,06	8,03	0,00	8,27	32,40	12,38	0,51

№291	Птица тушеная в соусе	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00	0,02	1,80	0,00	35,40	175,54	30,40	3,00
№171	Каша вязкая рисовая	180	10,36	13,27	65,16	422,4	0,17	1,15	65,76	176,48	265,23	53,20	2,84
№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	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
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		35,07	37,23	162,82	1031,26	1,29	27,74	65,76	308,93	642,01	165,39	11,87
	ДЕНЬ № 7												
№52	Салат из свеклы с растит маслом	100	0,08	0,10	8,26	92,80	0,04	6,03	0,00	18,50	43,20	15,20	0,68
№99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,25	0,07	10,30	0,00	34,85	49,27	20,75	0,77
№289	Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00	4,12	23,60	4,00	136,25	80,60	76,66	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
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		37,43	28,68	100,39	847,31	5,23	50,83	4,00	241,58	279,67	154,50	6,72
	ДЕНЬ № 8												
№70	Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82
№82	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0,00	49,72	54,60	26,12	1,23
№255	Печень по-строгановски	125	20,13	6,88	2,75	153,75	0,15	4,41	0,00	46,05	2,36	13,47	5,78
№ 203	Макароны отварные	180	6,54	6,93	36,54	234,85	0,07	0,00	34,28	14,56	45,08	9,76	0,97
№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	Мандарины свежие	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	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		32,84	19,72	106,46	749,81	1,32	38,72	34,28	193,33	248,84	113,63	15,74
	ДЕНЬ № 9												
№52	Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10	0,04	6,03	0,00	18,50	43,20	15,20	0,68
№115	Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,50	140,00	0,11	8,25	0,00	29,20	67,50	27,27	1,13
№ 291	Птица тушеная в соусе	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00	0,05	0,35	37,62	29,52	96,16	14,06	0,61
№ 171	Каша вязкая пшеничная	180	7,69	10,33	44,12	300,36	0,14	0,00	45,00	32,00	176,00	56,46	1,84
№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	Мандарины свежие	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	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		32,59	36,45	140,11	1022,92	1,34	25,36	82,62	179,50	508,50	167,20	9,10
	ДЕНЬ № 10												
№70	Икра кабачковая (консервиров)	60	1,63	4,31	9,00	80,00	0,04	9,63	0,00	31,20	43,20	19,53	0,82
№95	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,75	4,50	8,00	82,50	0,06	15,77	0,00	49,25	49,00	22,12	0,82
№258	Шницель рыбный с соусом	90/30	16,08	7,42	10,80	175,50	0,07	0,48	20,80	62,00	139,92	31,32	1,11
№128	Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28	0,06	7,71	0,00	7,94	31,16	11,89	0,49
№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
№ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	47,00	0,50	0,00	0,00	11,50	43,50	16,50	0,55
№ПР481	Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66	0,45	0,00	0,00	10,30	47,70	11,25	1,39
	ИТОГО:		28,39	23,09	115,77	785,54	1,22	44,49	20,80	202,37	369,88	126,75	8,33
	ВСЕГО:		338,08	286,16	1195,26	8639,64	20,49	384,81	325,50	2033,88	3738,21	1375,89	96,11
	СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:		33,81	28,62	119,53	863,96	2,05	38,48	32,55	203,39	373,82	137,59	9,61

*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., Батурич А.К., Пожегова А.В., Шарафетдинов Х.Х., Плутникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.

Пронумеровано и
прошнуровано

« » 20 г.

лист

ФИО

подпись