

Утверждаю:
Генеральный директор ООО "ГК Фьюжен менеджмент"
В.Б. Васьков/
«01» апреля 2021г.

Согласовано:
«Добровская
ИМЕНИ
Я.М. СЛОНИМСКОГО»
Директор *Ирина Владимировна Федоренко*
наименование школы
«01» апреля 2021г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений Симферопольского района республики Крым для учащихся 7-11 лет , 10-ти дневное.

С использованием:

* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Таблица № 2

Симферопольский район Республика Крым 2021 год.

Примерное 10-дневное меню полдник 2020/21 год

обед

	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
	ДЕНЬ № 1												
	Полдник												
№210	Омлет натуральный	110	10,90	16,00	2,20	195,20	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40
№	Зеленый горошек	20	0,32	0,10	3,30	120,00	0,05	6,43	0,00	6,62	25,93	9,91	0,41
№377	Чай с лимоном	200	0,20	0,00	15,00	61,60	0,09	1,12	20,00	13,73	81,00	14,60	1,14
пр	Хлеб пшеничный	35	2,37	0,30	13,86	70,14	0,11	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
пр	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
	ИТОГО:		15,79	16,70	47,06	508,14	0,26	12,44	20,00	50,97	336,56	189,84	19,46
	ДЕНЬ № 2												
	Полдник												
№70-75	Огурцы соленые	20	0,50	0,10	1,00	7,80	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40
№ 291	Плов из птицы	200	16,60	21,30	40,80	422,10	0,05	12,62	0,00	39,40	39,20	17,70	0,66
№389	Соки фруктовые	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,06	0,43	18,50	55,16	124,38	27,91	0,99
пр	Хлеб пшеничный	35	2,70	0,20	17,60	82,90	0,16	20,62	28,60	19,53	79,78	29,06	1,17
пр	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
№338 Тутитльян	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	95,00	0,03	10,00	0,00		16,00	11,00	9,00
	ИТОГО:		24,30	22,60	113,30	761,00	0,31	48,56	47,10	129,89	285,06	115,17	25,17
	ДЕНЬ № 3												
	Полдник												
№289	Рагу из птицы	200	14,90	18,80	19,20	307,0	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40
№378	Чай с молоком	200	1,60	1,30	17,10	85,5	0,09	6,60	0,00	23,36	54,06	21,82	0,90
пр	Хлеб пшеничный	35	2,70	0,2	17,60	82,9	0,11	0,18	15,13	29,36	124,95	23,38	1,70
пр	Хлеб ржаной	30	2,00	0,3	12,70	61,2	0,11	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
	ИТОГО:		21,20	20,10	66,60	0,00	0,31	10,77	15,13	69,16	404,24	205,39	19,56
	ДЕНЬ № 4												
	Полдник												
№278	Тефтели мясные 1 вариант	70/20	7,50	11,20	9,60	174,50	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40

	Полдник												
№70-75	Овощи по сезону	60	0,85	3,60	4,90	55,68	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40
№ 204	Макаронны отварные с сыром	150,00	14,80	9,20	71,9	425,30	0,07	6,60	0,00	21,36	44,78	18,22	0,70
№379	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,30	2,40	26,70	142,20	0,08	1,44	18,50	63,81	122,38	20,35	0,63
пр	Хлеб пшеничный	35,00	2,37	0,30	13,86	70,14	0,11	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
пр	Хлеб ржаной	30,00	1,68	0,33	14,10	68,97	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
	ИТОГО:		23,00	15,83	59,56	762,29	0,27	12,93	18,50	115,79	396,79	203,90	19,24
	ДЕНЬ № 9												
	Полдник												
№235	Шницель рыбный рубленый с соусом	70/20	12,70	9,0	7,30	160,20	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40
№310	Картофель отварной	150,00	3,0	24,30	23,90	145,70	0,03	11,32	0,00	41,30	39,52	13,50	0,53
№389	Соки фруктовые	200,00	1,0	0,2	20,20	92,00	0,11	0,18	15,13	29,36	124,95	23,38	1,70
пр	Хлеб пшеничный	35,00	2,37	0,30	13,86	70,14	0,11	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
пр	Хлеб ржаной	30,00	1,68	0,33	14,10	68,97	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
№338 Тутильян	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	95,00	0,03	10,00	0,00		16,00	11,00	9,00
	ИТОГО:		16,75	24,93	79,36	537,01	0,27	16,22	15,13	119,58	413,14	214,53	19,89
	ДЕНЬ № 10												
	Полдник												
№70-75	Курица в соусе	100	13,90	5,10	4,80	128,00	0,0,12	3,99	0,00	1,62	21,30	24,36	12,40
№203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,70	4,20	36,00	202,20	0,09	6,60	0,00	23,36	54,06	21,82	0,90
№376	Чай с сахаром	200	0,10	0,20	14,80	59,30	3,30	18,88	3,20	1095,00	64,50	61,33	180,33
пр	Хлеб пшеничный	35	2,37	0,30	13,86	70,14	0,02	4,00	0,00	14,00	1,40	8,00	2,80
пр	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,10	68,97	0,30	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	ИТОГО:		23,75	10,13	83,56	528,61	3,71	33,47	3,20	1140,88	167,36	125,41	196,76
	ВСЕГО:		197,91	163,40	730,18	5070,92	6,35	205,73	6005,25	2017,38	3193,10	1544,78	377,97
	СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:		19,79	16,34	73,02	507,09	0,64	20,57	600,53	201,74	319,31	154,48	37,80

*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

