

Приложение к контракту \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

Е.Г.Никонорова

«04» Апрель 2022г.

Согласовано:

Директор

М.С.Асанова

«04» Апрель 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

№	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Э/л ккал	Витамины, мг на 100 г			Минеральные вещества				
							В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>1-4кл. обед</b>														
<b>ДЕНЬ № 1</b>														
№70	Огурец консервированный	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 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	
№291	Плов из птицы	200	20,40	19,16	32,50	396,00	0,05	0,34	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	1,40	8,00	9,00	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	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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,78</b>	<b>23,57</b>	<b>87,55</b>	<b>686,95</b>	<b>0,49</b>	<b>30,46</b>	<b>0,00</b>	<b>115,42</b>	<b>327,16</b>	<b>99,70</b>	<b>10,04</b>	
<b>ДЕНЬ № 2</b>														
№70	Винегрет овощной	60	0,84	6	4,37	75,06	0,01	5,25	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40	
№104	Расольник 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	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	
№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	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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,65</b>	<b>24,24</b>	<b>111,21</b>	<b>774,37</b>	<b>0,59</b>	<b>23,53</b>	<b>48,57</b>	<b>99,77</b>	<b>256,22</b>	<b>84,42</b>	<b>6,96</b>	
<b>ДЕНЬ № 3</b>														
№70	Огурец консервированный	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	Гейртели 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	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	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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>19,50</b>	<b>17,22</b>	<b>105,19</b>	<b>661,15</b>	<b>0,52</b>	<b>28,87</b>	<b>18,50</b>	<b>141,07</b>	<b>287,33</b>	<b>88,62</b>	<b>6,61</b>	
<b>ДЕНЬ № 4</b>														
№70	Икра кабачковая (консервиров)	40	1,08	2,87	5,81	53,5	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" (мясо птицы)	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	
№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	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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29,18</b>	<b>26,63</b>	<b>96,79</b>	<b>714,60</b>	<b>0,65</b>	<b>35,61</b>	<b>43,70</b>	<b>132,04</b>	<b>318,65</b>	<b>105,66</b>	<b>7,45</b>	
<b>ДЕНЬ № 5</b>														
№70	Огурец консервированный	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 с капустой и картофелем со сметаной 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	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	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	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30,12</b>	<b>22,75</b>	<b>74,06</b>	<b>685,45</b>	<b>3,73</b>	<b>44,92</b>	<b>3,20</b>	<b>195,88</b>	<b>190,14</b>	<b>121,63</b>	<b>7,68</b>	
<b>ДЕНЬ № 6</b>														
№70	Салат картофельный с огурцами	60	0,72	4,7	5,37	68,4	0,01	5,25	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40	
№104	Расольник 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 тушенная 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	

№171	Каша вязкая рисовая	150	8,64	11,06	54,3	352	0,14	0,96	54,80	147,07	221,03	44,33	2,37
№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	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
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,48</b>	<b>28,05</b>	<b>131,90</b>	<b>884,75</b>	<b>0,59</b>	<b>24,57</b>	<b>54,80</b>	<b>244,57</b>	<b>473,83</b>	<b>125,87</b>	<b>9,34</b>
	<b>ДЕНЬ № 7</b>												
№70	Салат из свежель 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
№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
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30,30</b>	<b>22,98</b>	<b>80,89</b>	<b>711,85</b>	<b>3,74</b>	<b>43,33</b>	<b>3,20</b>	<b>185,86</b>	<b>194,72</b>	<b>116,97</b>	<b>5,61</b>
	<b>ДЕНЬ № 8</b>												
№70	Огурец 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	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-строгановски	100	13,26	11,23	13,26	11,23	3,52	185,00	57,80	33,24	239,32	17,47	5,00
№203	Макаронные 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	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	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
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,33</b>	<b>21,76</b>	<b>93,01</b>	<b>429,26</b>	<b>13,87</b>	<b>288,66</b>	<b>86,37</b>	<b>132,26</b>	<b>402,53</b>	<b>85,91</b>	<b>13,31</b>
	<b>ДЕНЬ № 9</b>												
№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	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	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
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,89</b>	<b>20,15</b>	<b>115,35</b>	<b>746,65</b>	<b>0,61</b>	<b>23,78</b>	<b>37,50</b>	<b>140,91</b>	<b>427,62</b>	<b>140,50</b>	<b>9,00</b>
	<b>ДЕНЬ № 10</b>												
№70	Йогурт кабанчиковый (консервированный)	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
№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
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23,85</b>	<b>18,81</b>	<b>98,67</b>	<b>665,38</b>	<b>0,54</b>	<b>33,88</b>	<b>18,50</b>	<b>148,46</b>	<b>274,47</b>	<b>92,06</b>	<b>6,73</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>255,08</b>	<b>226,16</b>	<b>994,62</b>	<b>6960,41</b>	<b>25,33</b>	<b>577,61</b>	<b>314,34</b>	<b>1536,24</b>	<b>3152,67</b>	<b>1061,34</b>	<b>82,73</b>
	<b>СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>25,51</b>	<b>22,62</b>	<b>99,46</b>	<b>696,04</b>	<b>2,53</b>	<b>57,76</b>	<b>31,43</b>	<b>153,62</b>	<b>315,27</b>	<b>106,13</b>	<b>8,27</b>

\*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., Гаптаров М.М.Г., Батурин А.К., Погожева А.В., Шарфагдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.