

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

Е.Г.Никонорова

2022г.



Согласовано:

Директор



2022г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием Симферопольского района республики Крым для учащихся льготной категории (12лет и старше), 1 смены (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 2.3/2.4.3590-20, Таблица №2

Симферопольский район Республика Крым 2022г

Перспективное 10-дневное меню для школьников льготной категории с 12 лет и старше на 2022гг

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккал	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe
Завтраки 5-11кл													
	ДЕНЬ № 1												
	Завтрак												
№203	Макароны отварные с сыром	180/10	10,15	11,94	26,00	251,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
ПР№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 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:		11,99	12,18	51,39	363,60	0,47	1,33	38,57	147,94	165,17	36,74	1,66
	ДЕНЬ № 2												
	Завтрак												
№173	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	74,03	378,75	0,18	0,96	54,80	149,62	234,98	70,82	1,73
№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
ПР№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	3,02	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13
	ИТОГО:		20,25	23,89	100,64	594,95	0,65	2,26	174,80	306,42	436,58	102,82	3,30
	ДЕНЬ № 3												
	Завтрак												
№53	Салат из свежеслы 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
ПР№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
	ИТОГО:		7,66	21,91	31,96	382,34	0,46	11,05	0,00	57,38	89,12	37,58	2,36
	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
№337	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
№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:		20,76	15,99	62,60	477,00	0,11	3,91	84,20	292,42	319,20	64,94	1,57
	ДЕНЬ № 5												
	Завтрак												
№303	Каша рисовая вязкая	180	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0,00	40,00	17,04	82,38	27,89	0,59
№234	Бычки рыбные 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	0,46	0,00	0,00	10,73	40,60	15,40	0,51
№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:		15,66	19,29	78,03	550,36	0,59	1,81	85,90	208,37	352,78	88,87	2,58
	ДЕНЬ № 6												
	Завтрак												
№203	Макароны отварные с сыром	180/10	10,15	11,94	26,00	251,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
ПР№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
	ИТОГО:		12,05	12,18	51,59	365,60	0,43	2,83	28,57	35,54	76,77	23,74	1,61
	ДЕНЬ № 7												
	Завтрак												
№183	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,4	47,03	378,75	0,21	1,64	65,20	183,88	245,75	99,23	2,90
№209	Яйца варенье	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	4,80	1,00
ПР №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
	ИТОГО:		20,39	23,89	73,64	594,95	0,68	2,94	185,20	340,68	447,35	131,23	4,47
	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	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
ПР №481	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	10,39	70,13	0,33	0,00	0,00	12,26	45,40	17,60	0,58
№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:		35,71	20,67	69,19	621,13	0,65	5,85	24,60	173,62	269,70	73,53	2,47
	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
№337	Молоко стуженное	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08
№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:		20,76	15,99	62,60	477,00	0,11	3,91	84,20	292,42	319,20	64,94	1,57
	ДЕНЬ № 10												
	Завтрак												
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	51,13	350,00	0,14	1,17	58,00	162,56	241,51	36,51	0,97
№15	Сыр твердый	10	1,54	1,96	0	24	0,00	0,05	17,30	58,60	33,30	33,00	0,06
ПР481	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
	ИТОГО:		10,50	15,11	76,52	486,60	0,58	2,55	85,30	356,96	402,41	98,11	1,88
	ИТОГО:		175,73	181,10	658,16	4 913,53	4,73	38,44	791,34	2 211,75	2 878,28	722,50	23,48

*Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. П.; Тутьельян 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. Тутьельян В.А., Гаптаров М.М.Г., Батурина А.К., Погожева А.В., Шарфетдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.