

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:



ООО «ФК Фьюжен Менеджмент»

Е.Г.Никонорова

« 04 » _____ 2022г.

Согласовано:



Директор

_____ 2022г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений Симферопольского района республики Крым для учащихся 1-4 классов (7-11лет), 1смены (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. (ГОО ВПО ПГТУ), Тутельян В.А. (ГУУ НИИ питания РАМН)

Согласно Сан Пин 2.3/2.4.3590-20г, Таблица №2

Симферопольский район Республика Крым 2022

Перспективное 10-дневное меню для школьников завтрак с 7-11 лет на 2022гг

Завтраки 1-4кл

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	эл/л ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				
							В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
ДЕНЬ № 1														
	Завтрак	150/10	8,46	9,95	21,32	209,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81	
№203	Макаронные отварные с сыром	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПР№481	Хлеб пшеничный	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02	
№14	Масло сливочное	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41	
№378	Чай с сахаром	100	0,40	0,40	10,00	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№338	Яблоко свежее		10,78	17,84	56,84	434,60	0,50	11,33	78,57	166,34	176,17	48,74	3,88	
	ИТОГО:													
ДЕНЬ № 2														
	Завтрак	250	10,38	16,40	47,03	378,75	0,18	0,96	54,80	149,62	234,98	70,82	1,73	
№173	Молочная каша геркулесовая	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02	
№14	Масло сливочное	30	1,77	0,22	15,00	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПР№481	Хлеб пшеничный	200	3,02	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13	
№379	Кофейный напиток с молоком	15	1,15	1,8	10,41	62,7	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23	
Пр	Печенье весовое		16,40	28,34	88,51	660,65	0,62	2,26	123,80	287,05	360,01	101,02	2,55	
	ИТОГО:													
ДЕНЬ № 3														
	Завтрак	60	0,98	2,47	4,37	43,74	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78	
№53	Салат из свежель с зеленым горошком	120	4,78	19,2	2	224	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78	
№210	Омлет натуральный	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПР№481	Хлеб пшеничный	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	
№386	Чай с лимоном	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№338	Яблоко свежее		8,06	22,31	41,76	429,34	0,49	21,05	0,00	73,38	100,12	46,58	4,56	
	ИТОГО:													
ДЕНЬ № 4														
	Завтрак	100	18,99	14,37	36,40	351,00	0,07	2,10	74,20	163,42	222,80	31,54	1,08	
№223	Творожная запеканка	20	1,70	1,60	11,20	66,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08	
	Молоко стуженное	30	1,77	0,22	10,39	52,60	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПР№	Хлеб пшеничный	200	4,07	3,5	17,57	118,6	0,06	1,58	24,40	152,20	124,00	21,34	0,47	
№382	Какао с молоком	50	3,85	6	34,7	209	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23	
Пр	Печенье весовое	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
№338	Яблоко свежее		30,78	26,09	120,06	844,20	0,55	14,16	107,60	343,45	396,43	93,08	4,50	
	ИТОГО:													
ДЕНЬ № 5														
	Завтрак	150	3,78	7,78	39,29	242	0,03	0,00	40,00	17,04	82,38	27,89	0,59	
№303	Каша вязкая рисовая	80/20	9,75	11,24	11,62	186	0,058	0,48	35,90	54,00	137,00	30,18	1,07	
№234	Быточки рыбные с соусом	35	2,06	0,25	12,12	62,36	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44	
ПР481	Хлеб пшеничный	15	1,15	1,8	10,41	62,7	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23	
Пр	Печенье весовое	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41	
№378	Чай с сахаром		16,81	21,09	88,44	613,06	0,53	1,81	94,90	207,07	347,21	86,67	2,74	
	ИТОГО:													
ДЕНЬ № 6														

Завтрак													
№203	Макаронные отварные с сыром	150/10	8,46	9,95	21,32	209,00	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
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
№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
ИТОГО:													
10,84 17,84 56,84 436,60 0,46 12,83 68,57 53,94 87,77 35,74 3,83													
ДЕНЬ № 7													
Завтрак													
№183	Молочная каша геркулесовая	200	8,31	13,12	37,63	303	0,21	1,64	65,20	183,88	245,75	99,23	2,90
№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	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13
ПР	Печенье весовое	20	1,54	2,4	13,88	83,6	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
ИТОГО:													
19,86 23,01 78,12 602,80 0,68 2,94 194,20 340,91 447,58 131,23 4,70													
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	200	25,47	15,23	34,33	376	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	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№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:													
30,98 21,18 69,34 607,41 0,54 15,85 24,60 225,10 292,58 79,99 2,77													
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
Молоко стученное													
20			1,70	1,60	11,20	66,00	0,01	0,10	14,58	20,08	17,46	3,50	0,09
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
№382	Какао с молоком	200	4,07	3,5	17,57	118,6	0,06	1,60	40,00	236,00	192,00	32,00	0,23
ПР	Печенье весовое	50	3,85	6	34,7	209	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
№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
ИТОГО:													
30,78 26,09 120,06 844,20 0,57 13,80 137,78 444,93 478,29 89,24 4,04													
ДЕНЬ № 10													
Завтрак													
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	13,62	350,00	0,14	1,17	58,00	162,56	241,51	36,51	0,97
№15	Сыр твердый (порционный)	15	2,32	2,95	0	36	0,00	0,07	26,00	88,00	50,00	50,00	0,10
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
ПР	Печенье весовое	15	1,15	1,8	10,41	62,7	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
ИТОГО:													
12,43 17,90 49,42 561,30 0,58 2,57 103,00 386,59 419,34 115,11 2,15													
ИТОГО:													
187,72 221,69 769,39 6 034,16 5,52 98,60 933,02 2 528,76 3 105,50 827,40 35,73													

*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/ЛОСТ Р 50763-95) ТИТОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гаппаров М.М.Г., Батурина А.К., Погожева А.В., Шарифетдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлюченкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.