

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Е.Г. Никонорова



« » _____ 2022г.

Приложение к контракту _____ от _____

Согласовано:



Директор

« » _____ 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. (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 7-11 лет 2022 -2023 учебный год

1-4кл обед

№ ТК по сборнику рецептур блюд	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
ДЕНЬ № 1						
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№ 95(2)	Щи из свежей капусты и картофеля	200	2,20	3,60	6,40	66,00
№291	Плов из птицы	200	20,40	19,16	32,50	396,00
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		25,96	23,59	88,13	690,25
ДЕНЬ № 2						
№70	Винегрет овощной	60	0,84	6	4,37	75,06
№104	Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
№305	Котлета рубленая из птицы с соусом	60/30	14,09	7,39	6,09	147,25
№ 203	Макароны отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		25,65	24,24	111,21	774,37
ДЕНЬ № 3						
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№115	Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	112,00
№283	Тефтели рыбные с соусом	80/20	8,26	8,05	11,76	152,50
№128	Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
№342	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		19,68	17,24	105,77	664,45
ДЕНЬ № 4						
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№115	Суп картофельный с крупой	200	11,55	3,84	1,37	41,00

№269	Биточки "Особые" (мясо птицы) с соусом	70/20	10,20	13,40	10,33	203,75
с.156	Каша вязкая гречневая	150	8,29	8,95	37,36	262,50
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		34,06	27,11	110,10	783,50
№70	ДЕНЬ № 5					
№82	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№289	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00
№389	Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
№338	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
№ПР481	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		30,30	22,77	74,64	688,75
№70	ДЕНЬ № 6					
№104	Салат картофельный с огурцами	60	0,72	4,7	5,37	68,4
№290	Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
№171	Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00
№349	Каша вязкая рисовая	150	8,64	11,06	54,3	352
№338	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№ПР481	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		23,48	28,05	131,90	884,75
№70	ДЕНЬ № 7					
№99	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,56	0,05	1,75	10
№342	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,31	76,20
№342	Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
№338	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6
№ПР481	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		30,30	22,98	80,89	711,85
№70	ДЕНЬ № 8					
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9

№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,44	3,94	1,44	3,94
№255	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	13,26	11,23
№203	Макаронные отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71
№389	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		23,51	21,78	94,38	439,13
№70	ДЕНЬ № 9					
№70	Винегрет овощной	60	0,56	0,05	1,75	10
№115	Суп картофельный с бобовыми	200	4,60	3,40	15,60	112,00
№290	Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00
№156	Каша вязкая пшеничная	150	6,41	8,61	36,77	250,30
№349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		23,89	20,15	115,35	746,65
№70	ДЕНЬ № 10					
№95	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,55	0,045	1,74	9,9
№258	Щи из свежей капусты и картофеля	200	2,20	3,60	6,40	66,00
№128	Шницель рыбный с соусом	80/20	14,30	6,60	9,60	156,00
№342	Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
№338	Компот из плодов свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,6
№ПР481	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№ПР481	Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
№ПР481	Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
	ИТОГО:		23,32	15,99	94,41	621,95
	ВСЕГО:		260,15	223,87	1006,78	7005,65
	СРЕДНЕЕ ЗА 1 ДЕНЬ:		26,02	22,39	100,68	700,57
	* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов)					
	2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.					