

Утверждено:

Директор *М.В. Мисералинов* №103*Мисералинов**И.Т. Кадников*« *10* » сентября 2021 г.

СОГЛАСОВАНО:

Исполнительный обязанности
начальника управления образования
администрации Минераловодского
городского округа

С. А. Абдулова

« *10* » сентября 2021 г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник ТО Управления
Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
по Ставропольскому краю
в г. Минеральные Воды

А.В. Красько

« *10* » сентября 2021 г.Перспективное десятидневное меню горячего питания (обеда) для учащихся общеобразовательных учреждений
Минераловодского городского округа на 2021-2022 учебный год

Сезон : Осень

4 кв.
2021 г

Возраст 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена, руб.	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества,мг			
				Б	Ж	У		К	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
1 неделя															
Обед 1 День															
№ 82,сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	6,23	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№279 сбор.2005г. под ред. Могильного	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	36,97	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№203,сбор.2005г. под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	150/5	6,30	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
70 сб 2005 г	Овощи соленные (огурцы)	50	6,33	0,40	0,10	1,60	9,00	0,03	2,50	0,00	0,10	19,17	35,00	11,67	0,50
№436,сбор.2005г. под ред. Могильного.	Компот из сухофруктов	200	4,23	0,28	0,06	27,88	113,15	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			64,97	29,81	31,67	116,36	871,93	0,35	19,41	110,06	5,18	159,58	413,26	114,26	5,62
Обед 2 День															
№80,сбор.2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	5,48	2,18	4,39	14,29	91,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№294,сбор.2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100/5	28,04	16,64	15,34	30,29	165,63	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,38
№137,сбор.2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	150/5	12,31	1,79	9,24	11,17	135,00	0,06	8,27	20,00	2,89	26,20	52,70	23,20	0,79
70 сб 2005 г	Овощи соленные (помидоры)	50	6,05	0,55	0,05	0,80	6,50	0,04	10,00	30,00	0,00	14,00	26,00	20,00	0,90
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,27	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,001	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			60,06	25,67	29,68	110,06	637,93	0,39	27,92	118,50	6,25	129,18	374,00	116,11	6,68
Обед 3 День															
№ 84,сбор.2005г.под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	9,09	3,54	5,10	14,53	118,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
№282,сбор.2012г.под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	37,29	15,55	11,55	15,70	228,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№171,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	8,71	8,86	5,98	39,81	280,0	0,25	0	20	0,625	15,9	210,1	140	4,80
№75,сбор.2005г. под ред Могильного	Икра свекольная	60	5,47	1,42	4,25	6,41	69,60	0,02	0,81	28,80	0,18	31,44	35,16	12,06	0,85
358 сб 2005 г под ред Могильного	Кисель из сока	200	5,93	0,57	0,06	30,20	123,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,37

Обед 1-4 кл. 4 кв. 2021 г

к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			69,40	34,29	27,60	131,16	942,90	0,57	8,35	77,55	5,09	174,44	534,26	226,42	10,63
Обед 4 День															
№102,сбор.2005г.под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
237 сб 2005 г	Зразы рыбные с яйцом	100	24,76	17,20	13,400	9,80	156,00	0,90	0,00	6,00	0,12	78,00	242,00	38,00	0,93
№305,сбор.2005г.под ред. Могильного	Рис припущенный	150	6,19	3,64	4,30	36,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
70 сб 2005 г	Овощи соленные (огурцы)	50	6,33	0,40	0,10	1,60	9,00	0,03	2,50	0,00	0,10	19,17	35,00	11,67	0,50
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,27	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			51,76	31,24	23,73	117,90	739,05	1,29	8,41	27,00	3,72	160,32	506,52	132,37	6,61
Обед 5 День															
№96,сбор. 2005г.под ред.Могильного	Рассольник ленинградский	250	7,56	2,00	5,10	16,93	121,75	0,10	7,54	0,00	2,36	24,95	63,30	26,40	0,93
№281,сбор. 2012г.под ред.Могильного	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	100/5	35,17	11,64	12,90	9,98	202,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№125,сбор.2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	150/5	10,27	3,75	4,17	24,08	146,00	0,16	21,98	20,00	0,21	16,20	83,50	30,70	1,36
70 сб 2005 г	Овощи соленные (помидоры)	50	6,05	0,55	0,05	0,80	6,50	0,04	10,00	50,00	0,00	14,00	26,00	20,00	0,90
№436,сбор.2005г. под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	4,23	0,28	0,06	27,88	113,15	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			66,19	22,57	22,94	104,18	712,60	0,48	45,23	118,81	4,08	145,75	395,53	129,27	6,38
Всего обед 1 недели:(средняя)			62,48	28,72	27,12	115,93	780,85	0,62	21,86	90,38	4,86	153,85	471,71	143,69	7,18
II неделя															
Обед 6 День															
№82,сбор.2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,90	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08
№282,сбор.2012г.под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	37,29	15,55	11,55	15,70	228,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№171,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	8,71	8,86	5,98	39,81	280,0	0,25	0	20	0,625	15,9	210,1	140	4,80
70 сб 2005 г	Овощи соленные (помидоры)	50	6,05	0,55	0,05	0,80	6,50	0,04	10,00	50,00	0,00	14,00	26,00	20,00	0,90
358 сб 2005 г под ред Могильного	Кисель из сока	200	5,93	0,57	0,06	30,20	123,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,37
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			66,79	32,56	21,14	128,16	866,30	0,61	19,50	98,75	3,89	131,35	493,82	226,86	10,05
Обед 7 День															
№ 82,сбор. 2005г.под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	8,23	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,73	26,25	1,19
№291,сбор.2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	40,28	27,38	30,44	37,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
70 сб 2005 г	Овощи соленные (огурцы)	50	6,33	0,40	0,10	1,60	9,00	0,03	2,50	0,00	0,10	19,17	35,00	11,67	0,50
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,27	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,001	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			63,02	34,11	36,11	125,16	924,55	0,26	12,97	64,80	3,62	146,58	437,27	128,96	7,11
Обед 8 День															
№ 102,сбор.2005г.под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№294,сбор.2005г. под ред. Могильного	Виточки рубленные из птицы	100/5	28,04	16,64	15,34	30,29	165,63	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№203,сбор.2005г.под ред. Могильного	Макаронны отварные с маслом	150/5	6,30	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
70 сб 2005 г	Овощи соленные (помидоры)	50	6,05	0,55	0,05	0,80	6,50	0,04	10,00	50,00	0,00	14,00	26,00	20,00	0,90
№436,сбор.2005г. под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	4,23	0,28	0,06	27,88	113,15	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42

замена

Обед 1-4 кл. 4 кв. 2021 г

к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			53,83	32,09	26,44	126,45	713,98	0,51	22,71	123,56	5,30	132,64	381,90	109,33	23,05
Обед 9 день															
№108,109 сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с клецками	250	6,97	2,06	3,10	12,58	86,80	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
272 сб 2005 г	Виточки по-казачи с рисом, запеченные в сметанном соусе	100/150/50	49,41	20,60	24,80	64,80	542,00	0,17	0,20	39,00	0,90	49,00	98,00	11,80	1,00
70 сб 2005 г	Овощи соленные (огурцы)	50	6,33	0,40	0,10	1,60	9,00	0,03	2,50	0,00	0,10	19,17	35,00	11,67	0,50
352 сб 2005 г	Кисель из яблок	200	4,93	0,12	0,00	30,10	121,00	0,02	4,80	0,04	0,36	8,60	11,80	4,00	0,90
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,32	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
№338,сбор. 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	130	12,60	0,52	0,52	12,89	57,81	0,04	13,05	0,00	0,00	20,88	14,49	11,75	2,87
Итого обед:			83,15	28,05	29,18	146,48	939,01	0,45	26,30	43,54	3,51	137,83	280,14	81,35	7,72
Обед 10 День															
№ 88,сбор. 2005г под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	7,80	1,74	4,89	9,20	84,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№234,сбор. 2005г под ред. Могильного	Котлеты рыбные	100	22,94	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76
№ 151,сбор. 2012г под ред Могильного	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	12,08	3,59	6,10	40,40	142,00	0,11	4,29	38,00	0,30	49,80	82,60	26,00	0,82
70 сб 2005 г	Овощи соленные (помидоры)	50	6,05	0,55	0,05	0,80	6,50	0,04	10,00	50,00	0,00	14,00	26,00	20,00	0,90
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,27	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,59	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	27	1,19	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:			56,92	25,19	30,50	115,51	751,55	0,40	34,01	110,50	5,31	186,78	456,35	125,03	5,92
Всего обед 2 недели (средняя)			64,74	30,40	28,67	128,35	839,08	0,44	23,10	18,23	4,31	147,04	409,90	134,31	10,77
Всего средняя за 10 дней:			63,61	29,56	27,90	122,14	809,98	0,53	22,48	89,31	4,59	150,45	427,31	139,00	8,98
Средняя за 1 день:			63,61	29,56	27,90	122,14	809,98	0,53	22,48	89,31	4,59	150,45	427,31	139,00	8,98

* При излчении средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

Стоимость рационов горячих обедов 63,61 рублей.

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г., 2011 г., 2012 г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов питания горячих обедов — 63,61 руб.

Нормы выхода:

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание.

Начальник отдела организации питания



Кузнецова Ю.С.