

Обед ГПД 1-4 кл 3-4 кв 2024 г

СОГЛАСОВАНО:

Начальник управления образования
администрации Минераловского
муниципального округа
Степановского края
И.П. Гурова
« » августа 2024 г

СОГЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного ГОУ Управления
Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
по Ставропольскому краю №9
Территориальное отделение
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
в городе Минеральном
Краснодарского края
« » августа 2024 г

Перекладное десятидневное меню горячего питания (обеды) для учащихся общеобразовательных учреждений
Минераловского муниципального округа на 2024-2025 учебный год

Состав: десятидневный

3-4 кв.
2024 г

Возраст 7-11 лет
(П.П. и латинки)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, руб	Питательные в-ва				Энерг. Ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	К		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1 неделя															
Обед 1. День															
№89, обед 200г, погреш. Минимально	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,5	11,74	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, обед 200г, погреш. Минимально	Греческий суп с говядиной и соусом сметанным с томатом	80,50	59,36	10,91	12,53	13,79	212,00	0,06	0,61	51,00	0,66	34,70	121,90	24,10	1,00
№303, обед 200г, погреш. Минимально	Мягкая отварная говядина с маслом	150,5	10,12	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495, обед 200г, погреш. Переварено	Курица с сухариками	200	5,37	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№8	Уксус винный	30	1,45	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:			88,04	20,48	22,90	87,77	640,25	0,21	11,10	76,00	4,56	116,71	253,31	81,78	3,55
Обед 2. День															
№89, обед 200г, погреш. Минимально	Суп с картофелем и капустой	250	7,39	2,18	4,39	14,29	91,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№304, обед 200г, погреш. Минимально	Курица рубленая с грибами	80	33,93	13,31	12,27	24,23	132,50	0,06	1,04	38,80	1,04	33,86	117,49	14,29	1,10
№150, обед 200г, погреш. Минимально	Рыба отварная	150	13,92	1,79	9,24	11,17	135,00	0,06	8,27	20,00	2,89	26,20	52,70	23,20	0,79
№388, обед 200г, погреш. Минимально	Паштет из печени индейки	200	7,20	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
№8	Уксус винный	30	1,45	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:			63,89	20,33	26,48	84,93	573,30	0,29	27,56	58,80	5,57	112,29	266,43	77,48	4,09
Обед 3. День															
№89, обед 200г, погреш. Минимально	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5	13,61	3,54	5,10	14,53	118,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71
№324, обед 200г, погреш. Минимально	Рис с грибами	80	34,76	11,84	15,04	9,28	219,20	0,07	0,92	18,00	1,46	45,60	174,71	22,71	0,61
№150, обед 200г, погреш. Минимально	Картофель отварной с маслом	150,5	15,19	3,75	4,17	24,08	116,00	0,16	21,98	20,00	0,21	16,20	83,50	30,70	1,36
№495, обед 200г, погреш. Переварено	Курица с сухариками	200	5,37	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№8	Уксус винный	30	1,45	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:			70,38	22,10	24,71	82,48	637,95	0,38	29,39	38,00	4,90	139,05	401,44	112,21	4,97

Обед 4. день														
№ 102.сбор 2005г под ред. Могилыного	250	7,97	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
Суп картофельный с бобовыми	80/50	47,42	21,12	23,84	6,40	184,00	0,04	0,01	32,00	0,32	40,90	99,70	15,20	1,21
№290.сбор 2005г под ред. Могилыного	150	11,61	3,64	4,30	36,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
Пшеница тушеная в соусе	200	7,75	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
№342.сб 2005 г	30	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
КК														
Компот из свежих яблок														
Хлеб пшеничный														
Итого обед:		76,20	32,78	33,71	102,88	735,85	0,34	5,92	53,00	3,40	93,55	281,82	83,80	5,22
Обед 5. день														
№96.сбор 2005г под ред.Могилыного	250	10,96	2,00	5,10	16,93	121,75	0,10	7,54	0,00	2,36	24,95	63,30	26,40	0,93
№347.сбор 2021г под ред. Перевалова	80	49,79	12,24	8,80	10,64	170,40	0,11	0,00	21,00	1,12	40,00	108,80	16,80	1,66
№203.сбор 2005г под ред. Могилыного	150/5	10,12	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№457.сбор 2021г под ред. Перевалова	200/10	1,85	0,10	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
КК	30	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Хлеб пшеничный														
Итого обед:		74,17	21,59	19,36	78,01	571,90	0,30	7,54	49,00	4,58	87,58	238,78	64,43	4,08
Всего обед (цель:средняя)		74,54	23,46	25,43	87,21	631,85	0,30	16,30	54,96	4,60	109,84	288,36	83,94	4,48
II неделя														
Обед 6. день														
№82.сбор 2012г. под ред. Могилыного	250	7,99	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. Могилыного	80	60,87	12,40	9,24	12,56	183,00	0,80	0,12	23,00	0,70	35,00	81,00	10,00	0,90
№171.сбор 2005г под ред. Могилыного	150/5	11,75	8,86	5,98	39,81	280,0	0,25	0	20	0,625	15,9	210,1	140	4,80
№457.сбор 2021г под ред. Перевалова	200/10	1,85	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
КК	30	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Хлеб пшеничный														
Итого обед:		83,91	26,51	18,46	93,30	676,25	1,21	8,37	43,00	3,14	87,50	391,55	191,10	8,20
Обед 7. день														
№82.сбор 2005г под ред. Могилыного	250/5	11,74	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№291.сбор 2005г под ред. Могилыного	80/160	53,37	21,91	24,35	45,85	459,00	0,06	0,06	51,84	0,25	48,31	213,84	50,11	2,22
№42.сб 2005 г	200	7,75	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
КК	30	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Хлеб пшеничный														
Итого обед:		74,31	26,26	29,56	102,08	778,60	0,16	10,45	51,84	3,04	104,84	301,41	90,66	4,88
Обед 8. день														
№108.109.сбор 2005г под ред. Могилыного	250	11,00	2,06	3,10	12,58	86,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№281.сбор 2012г под ред.Могилыного	80	54,12	9,31	10,32	7,98	162,00	0,05	0,08	39,00	0,51	50,40	107,00	18,50	0,80
№703.сбор 2005г под ред. Могилыного	150/5	10,12	4,78	5,06	26,65	171,25	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495.сбор 2021г под ред. Перевалова	200	5,37	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
КК	30	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Хлеб пшеничный														
Итого обед:		82,06	19,12	18,88	81,80	574,25	0,23	6,03	68,50	3,35	110,81	232,53	68,06	2,84
Обед 9. день														
№102.сбор 2005г под ред. Могилыного	250	7,97	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. Могилыного	100	33,93	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,786
№321.сб 2005г под ред.Могилыного	150	15,86	3,13	5,56	14,42	203,33	0,05	24,92	0,00	2,95	85,00	64,33	31,85	1,22
№388.сбор 2005г под ред. Могилыного	200	7,20	0,68	0,28	20,75	113,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,41	3,44	0,63
Панталоны из хлопчатобумажной ткани														

к.к	Хлеб пшеничный	40	193	316	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:			66,89	29,10	26,85	101,10	884,38	0,43	42,03		7,19	195,94	336,61	101,63	22,54
Обед 10. День.															
№ 88, сбор 2005г. под ред. Мотильного	Шнит свежей капусты с картофелем со сметаной	250 г	10,38	1,74	4,89	9,20	84,75	0,06	18,47		2,37	43,35	47,63	22,25	0,80
№ 229, сбор 2005г. под ред. Мотильного	Рыба, тушеная в тохате с овощами	80/50	64,51	11,44	6,24	5,76	163,20	0,07	1,16	19,68	1,54	52,00	180,80	23,04	0,66
№ 305, сбор 2005г. под ред. Мотильного	Рис припущенный	150	11,61	3,64	4,30	36,67	200,00	0,02	0,00	21,09	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51
№ 457, сбор 2021г. под ред. Перемалова	Чай с сахаром	200/10	1,85	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к.к	Хлеб пшеничный	42	2,02	3,32	0,42	20,29	98,70	0,06	0,00	0,00	0,55	9,66	36,54	13,86	0,84
Итого обед:			87,37	20,34	15,95	81,22	584,65	0,22	19,63	40,68	4,73	112,51	333,27	82,35	3,63
Всего обед 2 недели (средняя)			78,91	24,27	21,94	91,90	699,63	0,45	17,30	50,56	4,29	122,32	319,07	106,76	8,42
Всего средняя за 10 дней:			76,72	23,86	23,69	89,56	665,74	0,37	16,80	52,73	4,45	116,08	303,72	95,35	6,40
Средняя за 1 день:			76,72	23,86	23,69	89,56	665,74	0,37	16,80	52,73	4,45	116,08	303,72	95,35	6,40

* При расчете средн. в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты овощей и фруктов свежее, сыр, топленое масло слив и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами.

Стоимость рациона горячих обедов 76,72 рублей с учетом включенной сметаной на готовые блюда и кулинарные изделия 30%.

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептов блюд для предприятий общественного питания (2005г. 1997г. 2004г. 2011 г. 2012 г.) с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горячих обедов — 76,72 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 выпаривание

Начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Кузнецова Ю.С.