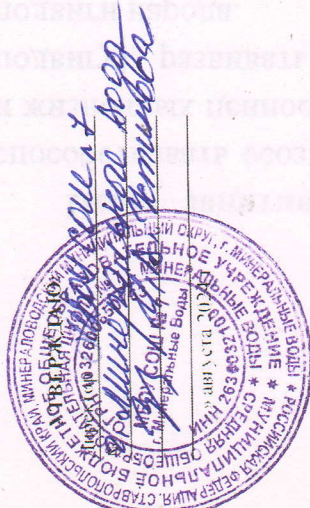




СОГЛАСОВАНО:

И.о. начальника управления образования администрации Ставропольского края

Муниципального округа Ставропольского края

П.П. Гуров

20 августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:

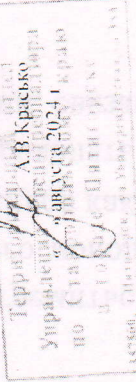
Начальник краевого ГОУ управления

Федеральной службы по надзору

в сфере защиты прав потребителей

и безопасности населения

по Ставропольскому краю №9



Перспективное десятидневное меню горячего питания (обеды) для учащихся общеобразовательных учреждений

Муниципального муниципального округа на 2024-2025 учебный год

3-4 кв.
2024 г. Возраст 7-11 лет

Состав: общеобразовательный

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, руб	Цена, руб	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У	К		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
I неделя																
Обед 1. День																
№ 82 сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,5	9,05	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,25	26,25	1,19	
	Картофель и говядина с соусом сметанным с помидором	100,50	55,70	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67	
	Макаронные отварные с маслом	180,5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071	
	Компот из сухофруктов	200	4,15	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,39	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	1,45	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:		850	80,30	30,65	32,62	112,33	888,03	0,30	11,51	110,00	5,42	150,31	381,98	111,95	5,39	
Обед 2. День																
№ 80 сбор 2012г. под ред. Мотыльнова	Суп картофельный с крупой	250	5,70	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97	
	Котлеты рыбные из щуки	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	18,50	1,30	42,33	116,86	17,86	1,786	
	Рис с овощами	180,5	16,57	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	3,47	31,44	63,24	27,84	0,95	
	Паштет из печени индейки	200	5,51	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,000	0,00	21,33	3,11	3,11	0,63	
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,39	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	1,45	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:		795	63,04	26,00	31,77	103,24	966,50	0,37	29,47	72,50	6,83	136,50	353,74	99,79	22,18	
Обед 3. День																
№ 84 сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5	10,47	3,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71	
	Котлеты рыбные	100	33,42	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76	
	Картофель отварной с маслом	180,5	13,25	4,50	5,00	28,90	229,30	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63	
	Компот из сухофруктов	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69	

№338 сбор 2005г под ред. Мотыляно	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	30	1,39	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,00	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	930	75,63	29,06	30,24	116,41	972,18	0,54	46,10	46,50	5,86	185,82	531,33	152,30	9,42
Обед 4. День														
№102 сбор 2005г под ред. Мотыляно	250	6,13	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№290 сбор 2005г под ред. Мотыляно	100/60	45,36	26,40	29,80	8,00	230,00	0,05	0,01	40,00	0,40	51,13	124,63	19,00	1,51
№347 сбор 2005г под ред. Мотыляно	180	10,72	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
№305 сбор 2005г под ред. Мотыляно	200	5,96	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 2005г	30	1,39	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	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	860	71,49	40,83	40,13	109,33	857,55	0,42	5,92	61,00	4,03	116,58	362,85	105,00	6,89
Обед 5. День														
№96 сбор 2005г под ред. Мотыляно	250	8,43	2,00	5,10	16,93	148,90	0,10	7,54	0,00	2,36	24,95	63,30	26,40	0,93
№347 сбор 2021г под ред. Перелова	100	47,84	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07
№203 сбор 2005г под ред. Мотыляно	180/5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№140 сбор 2005г под ред. Мотыляно	60	4,72	1,42	4,25	6,41	69,60	0,02	0,81	28,80	0,18	31,44	33,16	12,06	0,85
№495 сбор 2021г под ред. Перелова	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	30	1,39	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	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	865	77,04	30,16	27,28	118,08	937,20	0,43	8,55	83,80	5,99	156,82	368,74	108,29	6,58
Всего обед 1 неделя (средняя)		73,50	31,34	32,41	111,88	924,29	0,41	20,31	74,76	5,63	149,21	399,73	115,47	10,09
Итого обед														
Обед 6. День														
№82 сбор 2012г под ред. Мотыляно	250	6,15	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. Мотыляно	100	58,21	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№171 сбор 2005г под ред. Мотыляно	180/5	10,09	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	2,1	0,75	19,08	252,12	168	5,76
338 сб 2005г под ред. Мотыляно	200	10,08	0,57	0,06	30,20	103,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,37
к/к	30	1,39	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	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	805	87,85	34,57	22,39	140,15	909,30	0,63	9,50	52,75	4,14	122,83	518,54	238,16	10,31
Обед 7. День														
№82 сбор 2005г под ред. Мотыляно	250/5	9,03	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. Мотыляно	100/200	51,32	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№306 сбор 2005г под ред. Мотыляно	60	16,80	1,86	2,64	10,80	78,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,88	35,98	12,48	0,41
342 сб 2005г	200	5,96	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	30	1,39	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	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	885	86,43	36,36	38,75	139,19	1047,21	0,30	17,07	64,80	5,09	142,59	446,95	133,07	7,22
Обед 8. День														
№108 109 сбор 2005г под ред. Мотыляно	250	8,46	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68

№281, сбор 2015г, под ред. Мотыльнова	Котлеты рубленные, запеченные с мясной соусом	100	50,13	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№203, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Макарон отварные с маслом	180,5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495, сбор 2021г, под ред. Перекалова	Компот из сухофруктов	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,39	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	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		805	74,64	25,14	22,93	104,00	843,70	0,31	6,06	78,25	4,03	136,21	315,38	90,09	4,41
Обед 9 день.															
№102, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Суп картофельный с бобовыми	250	6,13	5,49	5,27	16,32	189,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№294, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Выпечка рубленные из птицы	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,786
№221, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Капуста тушеная	180	14,64	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,30	1,46
№388, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Паштет из печени свиной	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,39	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	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		800	62,02	31,71	28,32	114,00	1032,20	0,49	47,01	48,50	8,20	223,44	396,88	122,10	23,95
Обед 10 день.															
№88, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250,5	7,99	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№229, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Рыба, тушеная в томате с овощами	100,50	58,03	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№310, сбор 2005г, под ред. Мотыльнова	Картофель отварной с маслом	180,5	13,25	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
342 сб 2005г	Компот из свежих яблок	200	5,96	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	35	1,62	2,31	0,42	11,69	60,90	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		865	88,78	26,17	18,51	105,31	840,45	0,47	46,40	48,60	5,55	154,47	472,17	121,94	6,29
Всего обед 2 недели (средняя)			79,94	30,79	26,18	120,53	934,57	0,44	25,21	58,58	5,40	155,91	429,98	141,07	10,44
Всего средняя за 10 дней:			76,72	31,07	29,29	116,20	929,43	0,43	22,76	66,67	5,51	152,56	414,86	128,27	10,26
Средняя за 1 день:			76,72	31,07	29,29	116,20	929,43	0,43	22,76	66,67	5,51	152,56	414,86	128,27	10,26

* При на общих средства в рацион питания могут быть включены витаминные комплексы, спор. питание, хлеб и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами.
Стоимость рационов горячих обедов 76,72 руб/день.

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г, 2021г, 2004г, 2011г, 2012г) 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 выпитие

Начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Кузнецова Ю.С.