

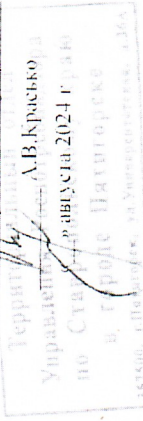


УТВЕРЖДАЮ:

Директор *[Signature]*
 № *[Signature]*
 Старшего преподавателя
 Муниципального округа
 Ставропольского края
 П.П. Гурова
 08 августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного ИО Управления
 Федеральной службы по надзору
 в сфере защиты прав потребителей
 и благополучия человека
 по Ставропольскому краю №89



Перечисленное меню горячего питания (обед) для учащихся общеобразовательных учреждений

Муниципального округа на 2024-2025 учебный год (СВО)

Свой обед - овсянка

3-4 кв. **Возраст 12-17 лет**
 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Цена руб	Пищевые вещества						Энергетическая ценность						Минеральные вещества мг					
				Б	Ж	У	К	Вл	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe						
1 обед																					
Обед 1.День																					
№ 82 сбор 2005г под ред Монгильной	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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						
№279 сбор 2005г под ред Монгильной	Горбуша из говядины с соусом сметанным с томатом	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						
№293 сбор 2005г под ред Монгильной	Макаронная тарелка с мясом	180,5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	52,88	7,13	0,071						
№495 сбор 2021г под ред Перевалова	Компот из сухофруктов	200	1,13	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,10	0,69						
№338 сбор 2005г под ред Монгильной	Яблочки свежие с овсяные кашей	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	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	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:		850	91,82	31,92	33,20	129,10	991,06	0,36	23,59	110,00	5,55	171,94	404,10	126,13	8,25						
Обед 2.День																					
№80 сбор 2012г под ред Монгильной	Суп картофельный с крутой	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						
№294 сбор 2005г под ред Монгильной	Котлеты 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						
№137 сбор 2012г под ред Монгильной	Рагу из овощей	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						
№338 сбор 2005г под ред Монгильной	Валюта свежие картофельные 1 шт.	200	28,40	2,99	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,000	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94						
№388 сбор 2005г под ред Монгильной	Панночек из творога с топленым маслом	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,000	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63						
к.к	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	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:		795	91,92	29,69	31,87	155,27	1190,00	0,47	47,47	72,50	6,96	153,80	414,44	176,09	23,32						
Обед 3.День																					
№ 81 сбор 2005г под ред Монгильной	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	31,50	1,71						

№234,сбор. 2005г. под ред. Могильного	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
№310,сбор.2005 г. под ред. Могильного	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
№495,сбор.2021г. под ред. Перевалова	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. 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие сезонные	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	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:		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. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	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. Могильного	Птица тушеная в соусе	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
№305,сбор.2005г. под ред. Могильного	Рис припущенный	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
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	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
№341,сбор. 2005 под ред Могильного	Апельсины свежие калиброванные, I шт.	200	26,80	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75	0,60
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:		860	98,29	32,41	40,48	148,46	1022,55	0,50	110,92	61,00	4,38	176,83	403,10	127,75	7,49

Обед 5 День

№96,сбор. 2005г. под ред.Могильного	Рассольник ленинградский	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. Перевалова	Котлета "Школьная"	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. Могильного	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	0,07
№140,сбор. 2005г. под ред Могильного	Свекла, тушеная в соусе	60	4,72	1,42	4,25	6,41	69,60	0,02	0,81	28,80	0,18	31,44	35,16	12,06	0,85
№495,сбор.2021г. под ред. Перевалова	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. 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	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	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
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	88,54	31,30	27,88	133,36	1034,13	0,49	40,63	83,80	6,13	179,65	397,96	123,87	9,63

Обед 6 День

№82,сбор.2012г, под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	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. Могильного	Котлеты из говядины	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. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,09	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
358 сб 2005 г под ред Могильного	Кисель из сока	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
№338,сбор. 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	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	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
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	99,35	35,71	27,99	155,43	1006,23	0,69	21,58	52,75	4,28	145,66	547,76	253,74	13,36

Обед 7 День

№ 82,сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,03	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29 ^a	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№291,сбор.2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	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. Могильного	Горошек зеленый консервированный	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 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,96	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,001	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	Бийогурт в инд. упак.	125	16,25	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,200	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80

к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
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:		885	103,14	40,92	43,27	165,53	1209,61	0,42	9,57	65,00	5,73	196,09	477,75	172,77	8,41
Обед 8 День															
№108,109 сбор. 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с клецками	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. 2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленые, запеченные с молочным 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. Могильного	Макароны 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. Первалова	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	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
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:		885	75,10	25,80	23,05	107,34	861,10	0,33	6,06	78,25	4,17	139,71	331,18	94,79	4,80
Обед 9 день															
№ 102,сбор.2005г. под ред. Могильного	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. Могильного	Биточки рубленые 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	17,86
№321,сб.2005г. под ред. Могильного	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	38,20	1,46
№388сбор. 2005г. под ред. Могильного	Напиток из плодов шиповника	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
№338,сбор. 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	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	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
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	73,52	32,85	28,92	129,28	1129,13	0,55	9,09	48,50	8,34	246,27	426,10	137,68	27,00
Обед 10 День															
№ 88,сбор. 2005г. под ред. Могильного	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. Могильного	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.2005 г. под ред. Могильного	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 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,96	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	45	2,09	2,97	0,54	15,03	78,30	0,08	0,00	0,00	0,63	15,75	71,10	21,15	1,76
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	89,25	26,83	18,63	108,65	857,85	0,49	17,40	48,60	5,69	137,97	487,97	126,64	6,68
Средняя за 1 день:			88,66	32,65	30,05	134,88	1027,38	0,48	11,14	66,69	5,71	175,37	442,17	149,18	11,84

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

Стоимость рационов горячих обедов 88,66 рублей .

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2021г., 2004г., 2011 г., 2012 г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов питания горячих обедов — 88,66 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.

Обед СВО 5-11 кл 3-4 кв 2024г

соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание

Начальник отдела охраны и укрепления
здоровья

Кузнецова Ю.С.

