

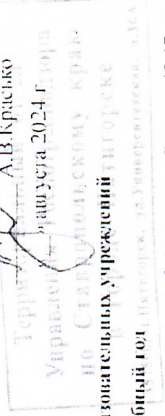


СОГЛАСОВАНО:

И.о. начальника управления образования администрации Минераловодского муниципального округа
 Ставропольского края
 И.П. Гурова
 6 августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник государственного ИО Управления Федеральной службы по патенту и торговле в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
 по Ставропольскому краю №9
 А.В. Красыко
 6 августа 2024 г.



Перспективное десятидневное меню горячего питания (завтрак) для учащихся общеобразовательных учреждений Минераловодского муниципального округа на 2024-2025 учебный год

С 6 авг. осень-зима

3-4 кв. Возраст 12-17 лет
 2024 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества				Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У	К		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ																				
№210, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Омлет картофельный	159,5	48,19	17,40	17,50	14,99	254,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07					
№306, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	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					
№457, сбор 2021г. под ред. Перельова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82					
№338, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Яблоки свежие сезонные калибровочные	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 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 завтрак:		594	79,38	23,10	21,12	66,35	543,89	0,26	18,97	380,50	3,03	171,51	367,90	61,46	7,76					
ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ																				
№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					
№305, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Рис пропаренный	180	10,72	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51					
№459, сбор 2021г. под ред. Перельова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,65	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87					
№338, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Яблоки свежие калибровочные 1 шт	170	24,14	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	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					
Итого завтрак:		757	97,39	23,35	12,68	96,85	683,60	0,26	17,75	45,60	2,77	102,07	403,10	133,65	4,56					
ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ																				
№181, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,28	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32					
№14, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Масло сливочное крестьянское м.д.ж.	10	7,53	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02					
№15, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Сыр Российский	15	11,68	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15					
№402, сбор 2021г. под ред. Перельова	Какао с молоком	200	9,13	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65					
№338, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Яблоки свежие сезонные калибровочные	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 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 завтрак:		590	54,89	13,67	19,36	66,64	611,38	0,18	12,89	118,00	1,73	282,23	244,92	57,13	4,60					

№223.сбор.2005г. под ред. Могильного	Запеканка из творога со ступенным молоком	150/10	71.21	25.56	19.56	49.50	396.50	0.08	0.36	111.00	0.57	220.95	315.45	33.30	1.04
№459.сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимонном	200/10/7	2.65	0.30	0.10	9.50	40.00	0.00	1.00	0.00	0.02	7.90	9.10	5.00	0.87
к/к	Бюйюхурт в инд. упак.	125	16.25	3.90	4.40	23.00	145.00	0.10	12.50	0.20	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
Итого за три дня:		542	91.96	32.40	24.54	95.36	651.10	0.25	13.86	111.20	1.65	292.85	402.75	92.10	4.27
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ															
№204.сбор.2005г. под ред. Могильного	Булочки рубленые из пшениы	100	32.39	16.61	15.34	30.29	308.50	0.08	1.30	48.50	1.30	42.33	146.86	17.86	17.86
№171.сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10.09	10.63	7.18	47.77	316.00	0.30	0.00	24.00	0.75	19.08	252.12	168.00	5.76
№457.сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1.42	0.20	0.10	9.30	38.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.10	7.70	4.20	0.82
№341.сбор.2005 под ред. Могильного	Апельсины свежие калиброванные. I шт.	160	21.44	1.26	0.28	31.30	122.00	0.06	84.00	0.00	0.28	48.20	32.20	18.20	0.48
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 за три дня:		520	66.95	21.84	13.20	130.28	680.80	0.50	85.34	74.50	2.85	125.91	473.68	221.46	25.72
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ															
№174.сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	15.82	4.09	4.07	32.09	237.00	0.03	0.00	20.00	0.25	5.70	67.00	21.80	0.45
№14.сбор.2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72.5%	10	7.53	0.08	7.26	0.14	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
№15.сбор.2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	20	15.55	4.63	5.91	0.00	125.00	0.00	0.15	52.00	0.80	176.00	100.00	7.00	0.20
№338.сбор.2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11.04	0.48	0.48	11.94	72.50	0.04	12.68	0.00	0.00	1.20	15.00	16.80	0.60
№457.сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1.42	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	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 за три дня:		508	51.26	12.54	11.33	72.75	536.60	0.04	12.76	112.00	1.67	211.73	225.92	57.08	1.95
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ															
№231.сбор.2012г. под ред. Могильного	Сырники из творога со ступенным молоком	150/10	70.68	22.95	18.99	34.80	348.90	0.09	0.39	87.00	3.30	233.40	340.50	38.40	1.11
№462.сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с молоком	200	9.43	3.30	2.90	13.80	91.00	0.03	0.70	19.00	0.01	111.30	91.10	22.30	0.65
к/к	Бюйюхурт в инд. упак.	125	16.25	3.90	4.40	23.00	145.00	0.10	12.50	0.20	0.50	50.00	15.00	35.00	0.80
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
Итого за три дня:		515	97.71	31.13	26.65	81.62	547.10	0.27	13.59	106.20	4.23	405.20	494.00	109.80	3.73
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ															
№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
№459.сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимонном	200/10/7	2.65	0.30	0.10	9.50	40.00	0.00	1.00	0.00	0.02	7.90	9.10	5.00	0.87
№338.сбор.2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11.04	0.48	0.48	11.94	72.50	0.04	12.08	0.00	0.00	1.20	15.00	16.80	0.60
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 за три дня:		517	66.94	31.22	31.72	98.07	747.25	0.16	13.16	64.80	0.85	96.81	324.62	91.72	7.11
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ															
№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
№203.сбор.2005г. под ред. Могильного	Макаронны 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
№465.сбор.2021г. под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9.10	2.80	2.50	13.60	88.00	0.03	0.70	19.00	0.00	108.30	75.60	12.60	0.12
№338.сбор.2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные I шт.	170	24.14	2.47	0.00	40.12	170.00	0.07	15.30	0.00	0.00	12.75	44.20	62.05	0.80
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
Итого за три дня:		570	101.44	28.50	20.48	111.44	774.45	0.29	16.15	72.75	1.98	185.93	301.33	108.38	3.29
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ															
№294.сбор.2005г. под ред. Могильного	Котлеты 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

№294, сбор 2005г. под ред. М.И. Давыдова	1000	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86
№171, сбор 2005г. под ред. М.И. Давыдова	180/5	10,09	10,63	7,18	47,77	316,4	0,3	0,73	24	0,73	19,08	252,12	168
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20
№338, сбор 2005г. под ред. Могильного	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,33	0,04	0,00	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88
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
Итого завтрак:	655	56,87	31,11	23,50	118,62	836,03	0,48	2,57	72,50	2,57	95,04	454,90	214,14
Всего завтрак: 2 недели (средняя)		376,29	135,70	120,27	482,54	3676,59	1,37	11,30	428,25	11,30	1000,71	1800,77	581,12
Всего за 10 дней:		767,18	260,11	221,27	945,72	7055,06	2,82	23,33	1156,05	23,33	1973,28	3693,12	1146,92
Средняя за 10 дней:		76,72	26,01	22,13	94,57	705,51	0,28	2,33	115,61	2,33	197,33	369,31	114,69

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

Состояние рациона завтраком 76,72 руб/сут (с учетом 10% напитков и 10% напитков по желанию пациента)

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующей Сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (СР05г., 2021г., 2004г., 2011г., 2012г.) с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горячее завтраки — 76,72 руб

Нормы выхода

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соусов, студиков, блинов, напитков указано норма выхода с учетом потерь на выстилку

**начальник отдела охраны и укрепления
здоровья**

Кузнецова Ю.С.