

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

/Милов А.Н./

«*А*» *август* 2022 г

СОГЛАСОВАНО

Директор

/Э.В.Польняк/

«*В*» *август* 2022 г

ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячего питания в образовательных учреждениях Симферопольского района Республики Крым для учащихся 7-11 лет, 10-ти дневное.

Горячее питание для детей 7-11 лет, 1 смена.

С использованием:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва «Дели плюс» 2017г., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А. (ГУУ НИИ питания РАМН)

Согласно Сан ПиН 2.3/2.4.3590-20, Таблица №2

Оновное 10-дневное меню для школьников завтрак с 7-11 лет на 2022гг

Завтраки 1-4кл

№ ТК по сборнику	Наименование блюда	Выход с 7-11 лет	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва			
							В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
ДЕНЬ № 1													
Завтрак													
№73	Овощи натуральные (по сезону)	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,02	10,00	0,00	54,54	33,48	10,86	0,44
№203	Макароны отварные с сыром	150/10	5,45	5,78	30,45	195,70	0,03	0,00	28,57	12,14	37,57	8,14	0,81
ПР№481	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
№378	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
№338	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ИТОГО:			12,24	19,49	83,48	563,50	0,52	21,33	78,57	220,88	209,65	59,60	4,32
ДЕНЬ № 2													
Завтрак													
№173	Молочная каша геркулесовая	200	8,31	13,12	37,63	303,00	0,18	0,96	54,80	149,62	234,98	70,82	1,73
№209	Яйцо вареное	1	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	4,80	1,00
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
ПР№481	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№379	Кофейный напиток	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	1,30	20,00	125,60	90,00	14,00	0,13
Пр	Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,2	37,5	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
ИТОГО:			19,81	29,47	83,66	663,62	0,65	2,26	223,80	309,05	436,81	105,82	3,55
ДЕНЬ № 3													
Завтрак													
№53	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,98	2,47	4,37	43,74	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78
№210	Омлет натуральный	120	0,98	2,47	4,37	43,74	0,03	4,11	0,00	16,99	24,96	10,99	0,78
№15	Сыр твердый (порционно)	15	3,48	4,42	0	54	0,00	0,11	39,00	132,00	75,00	75,00	0,15
ПР№481	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№386	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
№338	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ИТОГО:			9,13	10,18	52,22	344,00	0,49	21,16	39,00	205,38	175,12	121,58	4,71
ДЕНЬ № 4													
Завтрак													
№223	Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00	0,07	2,10	74,20	163,42	222,80	31,54	1,08
№337	Повидло яблочное	20	0,10	0,00	14,32	58,00	0,00	0,48	0,00	2,40	3,60	18,00	0,08
ПР№	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№386	Кисломолочный продукт	180	5,8	5	8,2	101	0,06	1,60	40,00	236,00	192,00	32,00	0,20
ИТОГО:			26,88	17,54	97,19	658,52	0,53	4,18	114,20	411,02	453,20	94,74	1,80
ДЕНЬ № 5													
Завтрак													
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,56	0,05	1,75	10	0,01	5,25	0,00	5,00	17,50	7,50	0,40

№182	Молочная пшеничная каша	200	7,31	10,98	49,18	325,00	0,14	1,17	58,00	162,56	241,51	36,51	0,97
№15	Сыр твердый (порционно)	15	2,32	2,95	0	36	0,00	0,07	26,00	88,00	50,00	50,00	0,10
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0,00	0,00	40,00	2,40	0,00	3,00	0,02
пр481	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52	0,40	0,00	0,00	9,20	34,80	13,20	0,44
№378	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,00	0,04	1,33	10,00	126,60	92,80	15,40	0,41
ПР	Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,2	37,5	0,00	0,00	9,00	0,23	0,23	0,00	0,23
ИТОГО:			14,41	24,36	94,89	639,02	0,58	2,57	143,00	388,99	419,34	118,11	2,17
ИТОГО:			181,81	347,04	850,98	6 033,68	5,59	114,22	1 204,02	2 896,98	3 429,50	953,02	35,55

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.; Зайцева Т. А. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОИЗВОДСТВУ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВАХ (К ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95) ТИТОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного питания. Тутельян В.А., Гаппаров М.М.Г., Батурич А.К., Погожева А.В., Шарифдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. 2014г.