

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

№

6 декабря 2023 г.



СОГЛАСОВАНО:

Начальник управления образования
Министерства образования
Муниципального округа
Ставропольского края

И.А. Бездрукин

6 декабря 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного Ю-Управления
Федеральной службы по контролю
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
по Ставропольскому краю №69

А.В. Красовко

6 декабря 2023 г.

Перечневое десятидневное меню горячего питания (завтрак) для учащихся общеобразовательных учреждений
Минераловодского муниципального округа на 2023-2024 учебный год

Сезон зима-весна

1-2 кв. 2024 г. Возраст 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Цена	Пищевые элементы						Энергетическая ценность	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У	К	В1	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
1 неделя																						
ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ																						
№210 сбор 2005г под ред. Могильного	Омлет натуральный	150,5	37,50	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. Могильного	1 горошек зеленый консервированный	60	16,94	1,86	2,64	10,80	78,16	0,06	6,00	0,00	1,44	12,88	35,98	12,48	0,41							
№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	3,70	4,20	0,82							
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие с топленым какао	120	41,22	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	2,36	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	69,44	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																						
№239 сбор 2005г под ред. Могильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	58,64	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. Могильного	Рис припущенный	180	10,80	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. Перевалова	Чай с сахаром с лимонном	200/10/7	2,67	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	Бананы свежие какао	170	24,90	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	2,75	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	99,76	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. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маком	200/5	13,49	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32							
№11 сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	7,55	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	15	12,00	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15							
№462 сбор 2021г под ред. Перевалова	Какао с молоком	200	9,65	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 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие с топленым какао	120	11,22	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	2,36	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	56,27	13,67	19,36	66,64	611,38	0,18	2,89	118,00	1,73	282,23	244,92	57,13	4,60							

ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ															
№291 сбор 2005г подгр	Шов из шпильки	100/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№457 сбор 2021г подгр	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 подгр, д	Але-пешты свежие ва пробованикы, I шл	160	21,74	1,26	0,28	31,30	132,00	0,06	84,00	0,00	0,38	48,20	32,30	18,20	0,48
к.к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	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:		710	77,31	31,48	31,30	111,27	813,35	0,21	84,08	64,80	1,15	127,68	370,40	103,84	5,64
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ															
№223 сбор 2005г подгр	Запеканка из творога со сухими маюком	150/10	71,28	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	55,30	1,04
№459 сбор 2021г подгр	Чай с сахаром с лимоним	200/10/7	2,67	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 подгр, д	Ванна свежые ва пробованикы	120	11,22	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	2,36	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: I неле		537	87,53	29,50	20,54	90,26	610,03	0,18	13,44	111,00	1,11	257,38	372,77	62,38	5,37
Всего завтрак: I неле		390,31	121,10	105,00	431,37	3262,25	1,09	147,13	719,90	9,79	940,87	1759,09	418,46	27,93	
II неле															
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ															
№174 сбор 2005г подгр	Каши вязкая молочная из риса с маюком	200/5	16,09	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 подгр	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	7,55	0,68	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 подгр	Сыр Российский	15	12,00	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15
№338 сбор 2005 подгр, д	Яйца свежие сезонные ва пробованикы	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
№457 сбор 2021г подгр	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	2,36	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:		600	50,64	11,48	16,74	72,79	608,38	0,14	12,19	99,00	1,47	173,73	200,92	55,33	4,90
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ															
№231 сбор 2012г подгр	Сырники из творога со сухими маюком	150/10	69,61	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	58,40	1,11
№462 сбор 2021г подгр	Какао с маюком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65
к.к	Бюбонурт в под. улак	125	16,54	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	2,75	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:		525	98,55	32,79	26,77	84,96	656,60	0,29	13,59	106,20	4,37	408,70	509,80	114,50	4,12
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ															
№282 сбор 2012г подгр	Котлеты из говядины	100	56,55	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 подгр	Макаронны отварные с маюком	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№459 сбор 2021г подгр	Чай с сахаром с лимоним	200/10/7	2,67	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	Хлеб пшеничный	40	2,36	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:		542	70,21	24,71	18,12	76,52	598,25	0,20	1,15	53,75	2,10	71,48	178,03	37,83	2,87
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ															
№240 сбор 2012г подгр	Пудинг из творога с маюком с маюком сухим	150/10	62,72	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	38,20	1,78
№465 сбор 2021г подгр	Кофейный напиток с маюком	200	9,07	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 подгр, д	Ванна свежые ва пробованикы I шл	170	21,90	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	45,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80
к.к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	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:		570	99,44	28,33	18,99	96,52	641,10	0,24	17,99	127,00	1,12	309,80	436,65	121,65	4,26
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ															
№294 сбор 2005г подгр	Каша гречневая рассычатая с маюком	100	32,19	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,50	48,50	1,30	42,00	146,86	17,86	1,86
№171 сбор 2005г подгр	Каша гречневая рассычатая с маюком	180/5	10,18	10,63	7,18	17,7	316,0	0,3	0,0	2,1	0,75	19,08	252,12	168	5,76

№457 сбор 2021г. по тресту Черная гора	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 2005 по тресту Молочного	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,00	0,00	0,00	12,08	19,33	13,42	10,88	2,60
Чай с сахаром	46	2,71	3,63	0,46	22,22	108,10	0,00	0,00	0,00	0,00	10,58	40,02	15,18	0,92
№600 свежее сезонные	661	58,02	31,58	23,56	121,52	850,13	0,49	13,38	72,50	2,65	96,42	460,12	216,12	28,02
каштроявшиеся														
Хлеб пшеничный														
к/к														
Итого за квартал:		376,86	128,89	104,18	452,31	3354,46	1,37	58,30	458,45	11,71	1060,13	1785,52	545,43	44,17
Всего за три недели (средняя)		767,17	249,99	209,18	883,68	6616,71	2,46	205,43	1178,35	21,50	2001,00	3544,61	963,89	72,09
Средняя за 10 дней:		76,72	25,00	20,92	88,37	661,67	0,25	20,54	117,84	2,15	200,10	354,46	96,39	7,21

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

Снизить рацион питания на 20% (за счет хлеба и овощей) на период в 10 дней.

Снизить рацион питания на 20% (за счет хлеба и овощей) на период в 10 дней.

перспективе 10 дней для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

рецептур бланк для муниципальных образований: укреплению состава на основании действующих сборников

Кузнецова Ю.С.

начальник отдела охраны и укрепления
здоровья