



УТВЕРЖДАЮ

Директор

№

от _____

СОГЛАСОВАНО.

Начальник межрайонного ГО Управления

Федеральной службы по надзору

в сфере защиты прав потребителей

и безопасности человека

по Ставропольскому краю

№ _____

от _____

Переклассифицированное меню горячего питания (обеды) для учащихся общеобразовательных учреждений

Муниципального муниципального округа на 2023-2024 учебный год

1-2 кв.

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

2024 г

Семейная

№ рецептуры

Минеральные вещества

Витамины, мг

Энергетическая ценность, ккал

Пищевые волокна

Б

Ж

У

С

А

Е

Са

Р

Мg

Fe

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

Итого обед:

№495, сбор 2021г пол ред Черкалова	200	117	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	306	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	30	177	2,57	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,30	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:	800	66,98	27,79	29,66	99,64	869,15	0,48	34,02	46,50	5,73	164,19	509,21	138,12	6,56
Обед 4. День														
№102, сбор 2005г пол ред Могильного	250	8,69	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
к/к	100/60	45,29	26,40	29,80	8,00	230,00	0,05	0,01	40,00	0,40	51,13	124,63	19,00	1,51
№290, сбор 2005г пол ред Могильного	180	10,80	3,64	4,30	26,67	300,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
к/к	200	6,03	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
№305, сбор 2005г пол ред Могильного	30	2,06	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	30	177	2,57	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
к/к	910	74,64	40,04	40,03	104,50	834,05	0,41	5,92	61,00	3,90	114,28	354,15	101,70	6,69
Обед 5. День														
№96, сбор 2005г пол ред Могильного	250	10,63	2,00	5,10	16,93	148,90	0,10	7,54	0,00	2,36	24,95	63,30	26,40	0,93
к/к	100	46,97	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,078
№317, сбор 2021г пол ред Черкалова	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	0,07
к/к	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№203, сбор 2005г пол ред Могильного	30	2,06	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	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
к/к	795	74,82	28,74	23,03	111,67	867,60	0,41	7,74	55,00	5,81	125,38	333,58	96,23	5,73
Итого обед:		72,64	30,54	31,37	107,93	885,63	0,39	15,75	69,00	5,54	134,92	387,49	109,75	9,36
Итого обед 1 неделя (средняя)														
Итого обед 1 неделя														
Обед 6. День														
№82, сбор 2012г пол ред Могильного	250	7,03	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08
к/к	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
№282, сбор 2012г пол ред Могильного	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
к/к	200	8,20	0,57	0,06	30,20	103,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,37
№171, сбор 2005г пол ред Могильного	30	2,06	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	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
к/к	795	86,38	34,57	22,39	140,15	909,30	0,63	9,50	52,75	4,14	122,83	518,54	238,16	10,31
Итого обед:														
Обед 7. День														
№82, сбор 2005г пол ред Могильного	250/5	9,55	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
к/к	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
№291, сбор 2005г пол ред Могильного	200	6,03	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	2,06	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	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
к/к	825	71,40	34,50	36,11	128,39	969,05	0,24	10,47	64,80	3,65	129,71	410,97	120,59	6,81
Итого обед:														
Обед 8. День														
№108, сбор 2005г пол ред Могильного	250	8,58	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,73	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
к/к	100	50,30	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№281, сбор 2012г пол ред Могильного	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	0,07
к/к	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№203, сбор 2005г пол ред Могильного	30	2,06	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	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
к/к	825	71,40	34,50	36,11	128,39	969,05	0,24	10,47	64,80	3,65	129,71	410,97	120,59	6,81
Итого обед:														

		Обед 9 день													
		200	4 17	0 60	0 10	20 10	8 1 00	0 01	0 20	0 00	0 40	20 10	19 20	14 40	0 69
№495 сбор 2021г под ред Перелюва	Каша из пшеничной крупы	200	4 17	0 60	0 10	20 10	8 1 00	0 01	0 20	0 00	0 40	20 10	19 20	14 40	0 69
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2 06	1 98	0 36	10 02	5 2 30	0 05	0 00	0 00	0 42	10 50	47 40	14 10	1 17
к/к	Хлеб пшеничный	40	2 36	3 16	0 40	19 32	9 4 00	0 06	0 00	0 00	0 52	9 20	34 80	13 20	0 80
Итого обед:		805	76 10	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 Мотилыно	Суп картофельный с овощами	250	8 69	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 Мотилыно	Выпечка рулетная из птицы	100	32 49	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 Мотилыно	Кануши тушеная	180	14 77	3 76	6 67	17 30	244 00	0 06	29 90	0 00	3 54	102 00	77 30	38 20	1 46
№388 сбор 2005г под ред Мотилыно	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 2005г под ред Мотилыно	Яблочки свежие сезонные калиберовские	120	11 22	0 48	0 48	11 94	79 53	0 04	12 08	0 00	0 00	19 53	13 42	10 88	2 66
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2 06	1 98	0 36	10 02	5 2 30	0 05	0 00	0 00	0 42	10 50	47 40	14 10	1 17
к/к	Хлеб пшеничный	40	2 36	3 16	0 40	19 32	9 4 00	0 06	0 00	0 00	0 52	9 20	34 80	13 20	0 80
Итого обед:		800	77 13	32 19	28 80	125 94	1111 73	0 54	59 09	48 50	8 20	242 77	410 30	132 98	26 61
		Обед 10 день													
№ 88 сбор 2005г под ред Мотилыно	Пшеничные вафельки с картофелем со сметаной	250 5	8 51	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 Мотилыно	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
№310 сбор 2005г под ред Мотилыно	Картофель отварной с маслом	180 5	15 17	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	6 03	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	33	2 27	2 18	0 40	11 02	57 42	0 06	0 00	0 00	0 44	11 55	52 14	15 51	1 29
к/к	Хлеб пшеничный	40	2 36	3 16	0 40	19 32	9 4 00	0 06	0 00	0 00	0 52	9 20	34 80	13 20	0 80
Итого обед:		866	92 98	26 04	18 49	104 64	836 97	0 47	46 40	48 60	5 50	153 77	469 01	121 00	6 21
Всего обед (2 недели (средняя))			80 80	30 49	25 74	120 62	934 15	0 44	26 30	58 58	5 10	157 06	424 84	140 56	10 87
Всего средств за 10 дней:			76 72	30 51	28 56	114 28	909 89	0 42	21 03	63 79	5 32	145 99	406 17	125 16	10 11
Средняя за 1 день:			76 72	30 51	28 56	114 28	909 89	0 42	21 03	63 79	5 32	145 99	406 17	125 16	10 11

* При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, яйца, питьевая вода и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).
Стоимость рационов горячих обедов 76,72 рублей.

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

Начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Кузнецова Ю С