

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «ГК Фьюжен менеджмент»

Е.Г.Никонорова

« 1 » апреля 2022г.



Согласовано:

Директор

О.А. Мухоморова

« 1 » апреля 2022г.



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием Симферопольского района республики Крым для учащихся льготной категории (12 лет и старше), 1 смены (завтрак)

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

Перспективное 10-дневное меню для школьников льготный завтрак с 12 лет и старше на 2022г

Завтраки 5-11кл

| № ТК по сборнику | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | Витамины, мг на 100 г | | | Минеральные в-ва | | | |
|------------------|------------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------------|--------------|---------------|------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | | | | | В1 | С | А | Са | Р | Mg | Fe |
| | ДЕНЬ № 1 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| №203 | Макароны отварные с сыром | 180/10 | 10,15 | 11,94 | 26,00 | 251,00 | 0,03 | 0,00 | 28,57 | 12,14 | 37,57 | 8,14 | 0,81 |
| ПР№481 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,77 | 0,22 | 10,39 | 52,60 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 9,20 | 34,80 | 13,20 | 0,44 |
| №378 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,04 | 1,33 | 10,00 | 126,60 | 92,80 | 15,40 | 0,41 |
| | ИТОГО: | | 11,99 | 12,18 | 51,39 | 363,60 | 0,47 | 1,33 | 38,57 | 147,94 | 165,17 | 36,74 | 1,66 |
| | ДЕНЬ № 2 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| №173 | Молочная каша геркулесовая | 250 | 10,38 | 16,40 | 74,03 | 378,75 | 0,18 | 0,96 | 54,80 | 149,62 | 234,98 | 70,82 | 1,73 |
| №209 | Яйца вареные | 50 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | 0,03 | 0,00 | 100,00 | 22,00 | 76,80 | 4,80 | 1,00 |
| ПР№481 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,77 | 0,22 | 10,39 | 52,60 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 9,20 | 34,80 | 13,20 | 0,44 |
| №379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,02 | 2,67 | 15,94 | 100,6 | 0,04 | 1,30 | 20,00 | 125,60 | 90,00 | 14,00 | 0,13 |
| | ИТОГО: | | 20,25 | 23,89 | 100,64 | 594,95 | 0,65 | 2,26 | 174,80 | 306,42 | 436,58 | 102,82 | 3,30 |
| | ДЕНЬ № 3 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| №53 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 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 | 4,78 | 19,2 | 2 | 224 | 0,03 | 4,11 | 0,00 | 16,99 | 24,96 | 10,99 | 0,78 |
| ПР№481 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,77 | 0,22 | 10,39 | 52,60 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 9,20 | 34,80 | 13,20 | 0,44 |
| №386 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 0,00 | 2,83 | 0,00 | 14,20 | 4,40 | 2,40 | 0,36 |
| | ИТОГО: | | 7,66 | 21,91 | 31,96 | 382,34 | 0,46 | 11,05 | 0,00 | 57,38 | 89,12 | 37,58 | 2,36 |
| | ДЕНЬ № 4 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| №223 | Творожная запеканка | 100 | 18,99 | 14,37 | 36,40 | 351,00 | 0,07 | 2,10 | 74,20 | 163,42 | 222,80 | 31,54 | 1,08 |
| №337 | Молоко стуженное | 20 | 1,70 | 1,60 | 11,20 | 66,00 | 0,00 | 0,48 | 0,00 | 2,40 | 3,60 | 18,00 | 0,08 |
| №378 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,04 | 1,33 | 10,00 | 126,60 | 92,80 | 15,40 | 0,41 |
| | ИТОГО: | | 20,76 | 15,99 | 62,60 | 477,00 | 0,11 | 3,91 | 84,20 | 292,42 | 319,20 | 64,94 | 1,57 |
| | ДЕНЬ № 5 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| №303 | Каша рисовая вязкая | 180 | 3,78 | 7,78 | 39,29 | 242 | 0,03 | 0,00 | 40,00 | 17,04 | 82,38 | 27,89 | 0,59 |
| №234 | Биточки рыбные соусом | 80/20 | 9,75 | 11,24 | 11,62 | 186 | 0,058 | 0,48 | 35,90 | 54,00 | 137,00 | 30,18 | 1,07 |
| ПР481 | Хлеб пшеничный | 35 | 2,06 | 0,25 | 12,12 | 62,36 | 0,46 | 0,00 | 0,00 | 10,73 | 40,60 | 15,40 | 0,51 |
| №378 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,04 | 1,33 | 10,00 | 126,60 | 92,80 | 15,40 | 0,41 |
| | ИТОГО: | | 15,66 | 19,29 | 78,03 | 550,36 | 0,59 | 1,81 | 85,90 | 208,37 | 352,78 | 88,87 | 2,58 |
| | ДЕНЬ № 6 | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| №203 | Макароны отварные с сыром | 180/10 | 10,15 | 11,94 | 26,00 | 251,00 | 0,03 | 0,00 | 28,57 | 12,14 | 37,57 | 8,14 | 0,81 |
| ПР№481 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,77 | 0,22 | 10,39 | 52,60 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 9,20 | 34,80 | 13,20 | 0,44 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|-------------------------------|-----|---------------|---------------|---------------|-----------------|-------------|--------------|---------------|-----------------|-----------------|---------------|--------------|
| | Итого: | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 0,00 | 2,83 | 0,00 | 14,20 | 4,40 | 2,40 | 0,36 |
| | Итого: | | 12,05 | 12,18 | 51,59 | 365,60 | 0,43 | 2,83 | 28,57 | 35,54 | 76,77 | 23,74 | 1,61 |
| ДЕНЬ № 7 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №183 | Молочная каша геркулесовая | 250 | 10,38 | 16,4 | 47,03 | 378,75 | 0,21 | 1,64 | 65,20 | 183,88 | 245,75 | 99,23 | 2,90 |
| №209 | Яйца вареные | 50 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | 0,03 | 0,00 | 100,00 | 22,00 | 76,80 | 4,80 | 1,00 |
| ПРН№481 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,77 | 0,22 | 10,39 | 52,60 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 9,20 | 34,80 | 13,20 | 0,44 |
| №379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,67 | 15,94 | 100,6 | 0,04 | 1,30 | 20,00 | 125,60 | 90,00 | 14,00 | 0,13 |
| | Итого: | | 20,39 | 23,89 | 73,64 | 594,95 | 0,68 | 2,94 | 185,20 | 340,68 | 447,35 | 131,23 | 4,47 |
| ДЕНЬ № 8 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №73 | Икра кабачковая (консервиров) | 60 | 1,63 | 4,31 | 8,72 | 80,28 | 0,02 | 10,00 | 0,00 | 54,54 | 33,48 | 10,86 | 0,11 |
| №291 | Плов из птицы | 250 | 31,83 | 19,03 | 42,9 | 470 | 0,08 | 4,52 | 14,60 | 34,76 | 131,50 | 40,53 | 1,48 |
| ПРН№481 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,36 | 0,29 | 10,39 | 70,13 | 0,53 | 0,00 | 0,00 | 12,26 | 45,40 | 17,60 | 0,58 |
| №378 | Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,90 | 81,00 | 0,04 | 1,33 | 10,00 | 126,60 | 92,80 | 15,40 | 0,41 |
| | Итого: | | 35,71 | 20,67 | 69,19 | 621,13 | 0,65 | 5,85 | 24,60 | 173,62 | 269,70 | 73,53 | 2,47 |
| ДЕНЬ № 9 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №223 | Творожная запеканка | 100 | 18,99 | 14,37 | 36,40 | 351,00 | 0,07 | 2,10 | 74,20 | 163,42 | 222,80 | 31,54 | 1,08 |
| №337 | Молоко сгущенное | 20 | 1,70 | 1,60 | 11,20 | 66,00 | 0,00 | 0,48 | 0,00 | 2,40 | 3,60 | 18,00 | 0,08 |
| №378 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,04 | 1,33 | 10,00 | 126,60 | 92,80 | 15,40 | 0,41 |
| | Итого: | | 20,76 | 15,99 | 62,60 | 477,00 | 0,11 | 3,91 | 84,20 | 292,42 | 319,20 | 64,94 | 1,57 |
| ДЕНЬ № 10 | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| №183 | Молочная рисовая каша | 250 | 7,12 | 12,91 | 51,13 | 350,00 | 0,14 | 1,17 | 58,00 | 162,56 | 241,51 | 36,51 | 0,97 |
| №15 | Сыр твердый | 10 | 1,54 | 1,96 | 0 | 24 | 0,00 | 0,05 | 17,30 | 58,60 | 33,30 | 33,00 | 0,06 |
| ПРН№481 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,77 | 0,22 | 10,39 | 52,60 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 9,20 | 34,80 | 13,20 | 0,44 |
| №378 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 0,04 | 1,33 | 10,00 | 126,60 | 92,80 | 15,40 | 0,41 |
| | Итого: | | 10,50 | 15,11 | 76,52 | 486,60 | 0,58 | 2,55 | 85,30 | 356,96 | 402,41 | 98,11 | 1,88 |
| | Итого: | | 175,73 | 181,10 | 658,16 | 4 913,53 | 4,73 | 38,44 | 791,34 | 2 211,75 | 2 878,28 | 722,50 | 23,48 |

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2011 год. Могильный М. Н.; Тутельян В. А.; Зайцева Т. А.
 МЕХАНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОИЗВОДСТВУ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОРГАНИЗОВАННЫХ
 КОЛЛЕКТИВАХ (ГОСТ 30 990 95/ГОСТ Р 50763-95) ТИТОВ 2006 ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов общественного
 питания. Тутельян В. А., Елищаров М. М., Бахурин А. К., Погожева А. В., Шарфетдинов Х. Х., Плотникова О. А., Павлючкова М. С., Гроздова Т. Ю., Ким И. П., Шатурная И. В., Керимова М. Г. 2014г.

Пронумеровано и
прошнуровано

« ____ » 20 ____ г.

ЛИСТОВ

ФИО _____ подпись _____



| | | | | |
|--------|--------|------|--|--|
| 00.0 | 0 | 15.0 | | |
| 00.01 | 00.01 | 1 | | |
| 00.02 | 00.02 | 0 | | |
| 00.03 | 00.03 | 0 | | |
| 00.04 | 00.04 | 0 | | |
| 00.05 | 00.05 | 0 | | |
| 00.06 | 00.06 | 0 | | |
| 00.07 | 00.07 | 0 | | |
| 00.08 | 00.08 | 0 | | |
| 00.09 | 00.09 | 0 | | |
| 00.10 | 00.10 | 0 | | |
| 00.11 | 00.11 | 0 | | |
| 00.12 | 00.12 | 0 | | |
| 00.13 | 00.13 | 0 | | |
| 00.14 | 00.14 | 0 | | |
| 00.15 | 00.15 | 0 | | |
| 00.16 | 00.16 | 0 | | |
| 00.17 | 00.17 | 0 | | |
| 00.18 | 00.18 | 0 | | |
| 00.19 | 00.19 | 0 | | |
| 00.20 | 00.20 | 0 | | |
| 00.21 | 00.21 | 0 | | |
| 00.22 | 00.22 | 0 | | |
| 00.23 | 00.23 | 0 | | |
| 00.24 | 00.24 | 0 | | |
| 00.25 | 00.25 | 0 | | |
| 00.26 | 00.26 | 0 | | |
| 00.27 | 00.27 | 0 | | |
| 00.28 | 00.28 | 0 | | |
| 00.29 | 00.29 | 0 | | |
| 00.30 | 00.30 | 0 | | |
| 00.31 | 00.31 | 0 | | |
| 00.32 | 00.32 | 0 | | |
| 00.33 | 00.33 | 0 | | |
| 00.34 | 00.34 | 0 | | |
| 00.35 | 00.35 | 0 | | |
| 00.36 | 00.36 | 0 | | |
| 00.37 | 00.37 | 0 | | |
| 00.38 | 00.38 | 0 | | |
| 00.39 | 00.39 | 0 | | |
| 00.40 | 00.40 | 0 | | |
| 00.41 | 00.41 | 0 | | |
| 00.42 | 00.42 | 0 | | |
| 00.43 | 00.43 | 0 | | |
| 00.44 | 00.44 | 0 | | |
| 00.45 | 00.45 | 0 | | |
| 00.46 | 00.46 | 0 | | |
| 00.47 | 00.47 | 0 | | |
| 00.48 | 00.48 | 0 | | |
| 00.49 | 00.49 | 0 | | |
| 00.50 | 00.50 | 0 | | |
| 00.51 | 00.51 | 0 | | |
| 00.52 | 00.52 | 0 | | |
| 00.53 | 00.53 | 0 | | |
| 00.54 | 00.54 | 0 | | |
| 00.55 | 00.55 | 0 | | |
| 00.56 | 00.56 | 0 | | |
| 00.57 | 00.57 | 0 | | |
| 00.58 | 00.58 | 0 | | |
| 00.59 | 00.59 | 0 | | |
| 00.60 | 00.60 | 0 | | |
| 00.61 | 00.61 | 0 | | |
| 00.62 | 00.62 | 0 | | |
| 00.63 | 00.63 | 0 | | |
| 00.64 | 00.64 | 0 | | |
| 00.65 | 00.65 | 0 | | |
| 00.66 | 00.66 | 0 | | |
| 00.67 | 00.67 | 0 | | |
| 00.68 | 00.68 | 0 | | |
| 00.69 | 00.69 | 0 | | |
| 00.70 | 00.70 | 0 | | |
| 00.71 | 00.71 | 0 | | |
| 00.72 | 00.72 | 0 | | |
| 00.73 | 00.73 | 0 | | |
| 00.74 | 00.74 | 0 | | |
| 00.75 | 00.75 | 0 | | |
| 00.76 | 00.76 | 0 | | |
| 00.77 | 00.77 | 0 | | |
| 00.78 | 00.78 | 0 | | |
| 00.79 | 00.79 | 0 | | |
| 00.80 | 00.80 | 0 | | |
| 00.81 | 00.81 | 0 | | |
| 00.82 | 00.82 | 0 | | |
| 00.83 | 00.83 | 0 | | |
| 00.84 | 00.84 | 0 | | |
| 00.85 | 00.85 | 0 | | |
| 00.86 | 00.86 | 0 | | |
| 00.87 | 00.87 | 0 | | |
| 00.88 | 00.88 | 0 | | |
| 00.89 | 00.89 | 0 | | |
| 00.90 | 00.90 | 0 | | |
| 00.91 | 00.91 | 0 | | |
| 00.92 | 00.92 | 0 | | |
| 00.93 | 00.93 | 0 | | |
| 00.94 | 00.94 | 0 | | |
| 00.95 | 00.95 | 0 | | |
| 00.96 | 00.96 | 0 | | |
| 00.97 | 00.97 | 0 | | |
| 00.98 | 00.98 | 0 | | |
| 00.99 | 00.99 | 0 | | |
| 00.100 | 00.100 | 0 | | |

