

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»



Л. С. Сафарян

«14» _____ 2022г.

Согласовано:



ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием Симферопольского района республики Крым для учащихся льготной категории (12лет 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

Симферопольский район Республика Крым 2022г

Основное 10-дневное меню для школьников льготный завтрак с 12 лет и старше на 2022-2023гг

Завтраки 5-11кл

№ ТК по сборнику рецептов блюд*	Наименование блюда	Выход с 12 лет и старше	Белки	Жиры	Углеводы	э/п ккл
ДЕНЬ № 1						
Завтрак						
№203	Макаронные отварные с сыром 180/10	190	10,15	11,94	26,00	251,00
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	420	11,99	12,18	51,39	363,60
ДЕНЬ № 2						
Завтрак						
№173	Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	74,03	378,75
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,67	15,94	100,6
	ИТОГО:	530	20,25	23,89	100,64	594,95
ДЕНЬ № 3						
Завтрак						
№53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74
№210	Омлет натуральный	120	4,78	19,2	2,00	224,00
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
№377	чай с лимоном 200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00
	ИТОГО:	417	7,66	21,91	31,96	382,34
ДЕНЬ № 4						
Завтрак						
№224	Запеканка творожная с морковью с йогуртом 100/60	160	14,70	12,34	28,70	284,00
ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	390	16,54	12,58	54,09	396,60
ДЕНЬ № 5						
Завтрак						
№303	Каша рисовая вязкая	180	3,07	5,00	31,88	184,86
№234	Биточки рыбные соусом 80/20	100	9,75	11,24	11,62	186,00
ПР481	Хлеб пшеничный	35	2,06	0,25	12,12	62,36
№376	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	515	14,95	16,51	70,62	493,22

ДЕНЬ № 6									
Завтрак									
№203	Макаронны отварные с сыром 180/10	190	10,15	11,94	26,00	251,00			
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60			
№377	Чай с лимоном 200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00			
	ИТОГО:	427	12,05	12,18	51,59	365,60			
ДЕНЬ № 7									
Завтрак									
№183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,36	16,23	56,43	418,75			
№209	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00			
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60			
№379	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,6			
	ИТОГО:	530	21,37	23,72	83,04	634,95			
ДЕНЬ № 8									
Завтрак									
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,42	0,06	1,14	7,2			
№259	Жаркое по домашнему	250	17,93	16,73	21,71	310,00			
ПР№481	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	10,39	70,13			
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
	ИТОГО:	550	20,78	17,10	48,24	447,33			
ДЕНЬ № 9									
Завтрак									
№224	Запеканка творожная с морковью со сгущенкой 100/20	120	12,46	11,84	39,24	313,70			
ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60			
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
	ИТОГО:	350	12,53	11,86	54,24	426,30			
ДЕНЬ № 10									
Завтрак									
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	51,13	350,00			
№15	Сыр твердый	10	1,54	1,96	0	24,00			
ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60			
№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
	ИТОГО:	490	10,50	15,11	76,52	486,60			
	ИТОГО за 10 дней		148,62	167,04	622,33	4 591,49			
	Среднее за 1 день :		14,86	16,70	62,23	459,15			

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2017 год. Могильный М.П., Тутьельян В.А.

Пронумеровано и
прошнуровано

20 г.
на
на
Л. С. Сафарян
ФМО
ОБЛАСТНОЕ УПРАВЛЕНИЕ
МОСКВА