

Приложение к контракту _____ от _____

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Л. С. Сафарян

« 14 » 14 2022г.



ОСНОВНОЕ МЕНЮ

Муниципального контракта на оказание услуг по организации горячим питанием образовательных учреждений Симферопольского района республики Крым для учащихся 1-4 классов (7-11лет), 1смены (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 2.3/2.4.3590-20г, Таблица №2

Симферопольский район Республика Крым 2022

Основное 10-дневное меню для школьников завтрак с 7-11 лет на 2022-2023гг

Завтраки 1-4кл

№ ТК по сборнику рецептур блюд*	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	с	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
ДЕНЬ № 1							
Завтрак							
№203	Макаронны отварные с сыром 150/10	160		8,46	9,95	21,32	209,00
ПР481	Хлеб пшеничный	30		1,77	0,22	10,39	52,60
№14	Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66,00
№376	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	15,00	60,00
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100		0,40	0,40	10,00	47,00
	ИТОГО:	500		10,78	17,84	56,84	434,60
ДЕНЬ № 2							
Завтрак							
№173	Молочная каша геркулесовая	250		10,38	16,40	47,03	378,75
№14	Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66,00
ПР481	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
	Кондитерское изделие (в ассортименте)	15		0,02	1,43	11,2	37,5
	ИТОГО:	505		15,27	27,97	84,69	635,45
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
ПР481	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
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО:	517		8,06	22,31	41,76	429,34
ДЕНЬ № 4							
Завтрак							
№224	Запеканка из творога с морковью с йогуртом 100/60	160		14,70	12,34	28,70	284,00
ПР481	Хлеб пшеничный	40		2,36	0,29	13,85	70,13
№382	Какао с молоком	200		4,07	3,5	17,57	118,6
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100		0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО:	500		21,53	16,53	69,92	519,73
ДЕНЬ № 5							
Завтрак							
№303	Каша вязкая рисовая	150		2,55	4,16	26,56	154,05
№234	Биточки рыбные с 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	Кондитерское изделие (в ассортименте)	15		0,02	1,43	11,2	37,5
	Чай с сахаром	200		0,07	0,02	15,00	60,00
	ИТОГО:	500		14,45	17,10	76,50	499,91

ДЕНЬ № 6									
Завтрак									
№203	Макаронные отварные с сыром 150/10	160	8,46	9,95	21,32	209,00			
№14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00			
ПР481	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			
№338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
	ИТОГО:	507	10,84	17,84	56,84	436,60			
ДЕНЬ № 7									
Завтрак									
№183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	9,09	12,99	45,16	335,00			
№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			
	Кондитерское изделие (в ассортименте)	20	0,02	1,9	14,93	50,00			
	ИТОГО:	500	19,12	22,38	86,70	601,20			
ДЕНЬ № 8									
Завтрак									
№70	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,42	0,06	1,14	7,2			
№ 259	Жаркое по- домашнему	200	14,35	13,39	17,37	248,00			
ПР 481	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	13,85	70,13			
№378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00			
	ИТОГО:	500	18,65	15,09	48,26	406,33			
ДЕНЬ № 9									
Завтрак									
№224	Запеканка из творога с морковью со стуженкой 100/30	130	13,50	12,83	42,52	339,85			
ПР481	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	13,85	70,13			
№ 386	Кисломолочный продукт	180	5,04	4,5	21,96	149,4			
	Кондитерское изделие (в ассортименте)	50	0,066	4,76	37,33	125,00			
№ 338	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
	ИТОГО:	500	21,37	22,78	125,46	731,38			
ДЕНЬ № 10									
Завтрак									
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	13,62	350,00			
№15	Сыр твердый (порционно)	15	2,32	2,95	0	36,00			
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			
	Кондитерское изделие (в ассортименте)	15	0,02	1,43	11,2	37,5			
	ИТОГО:	510	11,30	17,53	50,21	536,10			
	ИТОГО за 10 дней:		151,37	197,37	697,18	5 230,64			
	Среднее за 1 день:		15,14	19,74	69,72	523,06			
*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Сборник технических нормативов) 2017 год. Могильный М. П.; Тутельян В. А.									

Пронумеровано и
прошнуровано

В.К. БЕР
» 4 20 г.

СТОЛІЧНИ

улиця рн. Лисков

Л. С. Сафарян

Філія № 14 Полісся

Київська обл. м. Київ

