

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Столичная Кулинарная Компания»

Е.Г.Никонорова

«          »            2022г.



«08» сентября 2022г

*Деребедина О.А.*

ПЕРСПЕКТИВНОЕ 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

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

№ ТК по сборнику рецептов блюд*	Наименование блюда	Выход с 12 лет и старше	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц кккл
<b>Завтраки 5-11кл</b>						
<b>ДЕНЬ № 1</b>						
	Завтрак					
№203	Макаронны отварные с сыром	180/10	10,15	11,94	26,00	251,00
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>11,99</b>	<b>12,18</b>	<b>51,39</b>	<b>363,60</b>
<b>ДЕНЬ № 2</b>						
	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
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20,25</b>	<b>23,89</b>	<b>100,64</b>	<b>594,95</b>
<b>ДЕНЬ № 3</b>						
	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	224
ПР№481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
№386	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>7,66</b>	<b>21,91</b>	<b>31,96</b>	<b>382,34</b>
<b>ДЕНЬ № 4</b>						
	Завтрак					
№223	Творожная запеканка	100	17,53	13,26	33,60	324,00
№337	Молоко стуженное	20	1,70	1,60	11,20	66,00
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>19,30</b>	<b>14,88</b>	<b>59,80</b>	<b>450,00</b>
<b>ДЕНЬ № 5</b>						
	Завтрак					
№303	Каша рисовая вязкая	180	3,78	7,78	39,29	242
№234	Биточки рыбные соусом	80/20	9,75	11,24	11,62	186
ПР481	Хлеб пшеничный	35	2,06	0,25	12,12	62,36
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>15,66</b>	<b>19,29</b>	<b>78,03</b>	<b>550,36</b>

<b>ДЕНЬ № 6</b>									
<b>Завтрак</b>									
№203	Макаронные изделия с сахаром	100,00	10,14	11,94	36,00	251,00			
ПР№101	Молоко стуженное	30	1,77	0,31	10,39	52,60			
№118	Чай с сахаром	300,0	0,14	0,01	13,30	62,00			
ИТОГО:			11,05	12,26	59,69	365,60			
<b>ДЕНЬ № 7</b>									
<b>Завтрак</b>									
№111	Каша овсяная молочная из гречневой крупы	250	11,36	16,33	56,43	118,73			
№109	Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00			
ПР№101	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:			21,37	23,72	83,04	634,93			
<b>ДЕНЬ № 8</b>									
<b>Завтрак</b>									
№73	Овощи натуральные ( по сезону)	60	1,63	4,31	8,72	80,28			
№291	Плов из птицы	250	31,83	19,03	42,9	470			
ПР№481	Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	10,39	70,13			
№378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00			
ИТОГО:			37,34	24,98	77,91	701,41			
<b>ДЕНЬ № 9</b>									
<b>Завтрак</b>									
№223	Творожная запеканка	100	17,53	13,26	33,60	324,00			
№337	Молоко стуженное	20	1,70	1,60	11,20	66,00			
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
ИТОГО:			17,60	13,28	48,60	450,00			
<b>ДЕНЬ № 10</b>									
<b>Завтрак</b>									
№182	Молочная рисовая каша	250	7,12	12,91	51,13	350,00			
№15	Сыр твердый	10	1,54	1,96	0	24			
ПР481	Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60			
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00			
ИТОГО:			10,50	15,11	76,52	486,60			
ИТОГО:			173,72	181,42	659,48	4 979,81			

\*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся по всем образовательным учреждениям (Сборник технологических нормативов) 2017 год. Могилевский М.И., Гутельман В.А.

Пронумеровано и  
прошнуровано

«    »    Г.

«    »    20    3

Е.Г. Никонова

Компания

Директор

ФИО

