

УТВЕРЖДАЮ:

Директор *М.В.С. Шен*
№ *137 от 10 августа 2024 г.*



СОГЛАСОВАНО:

И.о. начальника управления образования
административной территории
Муниципального округа
Старого Айуркуба Криво
№ *1113 от 10 августа 2024 г.*



СОГЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного ТО Управления
Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
по Северо-Кавказскому округу
Территориальный отдел
Управления Федеральной службы
по Статистике в Республике Ингушетия
в городе Пятигорске
№ *457460 от 10 августа 2024 г.*



Перспективное десятидневное меню горячего питания (обеды) для учащихся общеобразовательных учреждений
Муниципального округа на 2024-2025 учебный год (С/ВО)

Сезон: осень-зима

3-4 кв.
2024 г.

Возраст 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход кг, руб.	Питательные вещества										Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У	К	В1	С	А	Е	Са	Р		Mg
Обед 1 День														
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,5	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№ 279, сбор 2005г. под ред. Могильного	Салат из говядины с соусом	100,50	55,70	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	205,17	40,17	1,67
№ 203, сбор 2005г. под ред. Могильного	Макаронные изделия с соусом	180,5	8,60	6,07	32,60	225,50	0,04	0,60	23,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№ 495, сбор 2021г. под ред. Перелавнова	Компот из сухофруктов	200	4,13	0,60	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№ 338, сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,04	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,39	1,98	10,02	52,20	0,05	0,60	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	19,32	94,00	0,06	0,52	0,00	0,52	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		850	91,82	31,92	129,10	991,06	0,36	23,59	110,00	5,55	171,94	404,10	126,13	8,25
Обед 2 День														
№ 80, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с курткой	250	5,70	2,18	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№ 294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	42,33	146,86	17,86	17,86
№ 137, сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	180,5	16,57	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	31,44	63,24	27,84	0,95
№ 338, сбор 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт.	200	28,40	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
№ 388, сбор 2005г. под ред. Могильного	Панчик из пшеницы	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,39	1,98	10,02	52,20	0,05	0,60	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	19,32	94,00	0,06	0,50	0,00	0,52	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		795	91,92	29,69	155,27	1190,00	0,47	47,47	72,50	6,96	153,80	414,44	176,09	23,32
Обед 3 День														
№ 84, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5	10,47	3,54	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71

№234 сбор. 2005г. под ред. Могильного	100	33,42	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76
№310 сбор. 2005 г. под ред. Могильного	180/5	13,25	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№495 сбор. 2005г. под ред. Первалова	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№338 сбор. 2005г. под ред. Могильного	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	30	1,39	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	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	930	75,63	29,06	30,24	116,41	972,18	0,54	46,10	46,50	5,86	185,82	531,33	152,30	9,42
Обед 4 День														
№ 102 сбор. 2005г. под ред. Могильного	250	6,13	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№290 сбор. 2005г. под ред. Могильного	100/60	45,36	26,40	29,80	8,00	230,00	0,05	0,01	40,00	0,40	51,13	124,63	19,00	1,51
№395 сбор. 2005г. под ред. Могильного	180	10,72	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,0	0,27	2,42	60,60	19,00	0,513
342 сб 2005 г	200	5,96	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	200	26,80	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75	0,60
к/к	30	1,39	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	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	860	98,29	42,41	40,48	148,46	1022,55	0,50	110,92	61,00	4,38	176,83	403,10	127,75	7,49
Обед 5 День														
№69 сбор. 2005г. под ред. Могильного	250	8,43	2,00	5,10	16,93	148,90	0,10	7,54	0,00	2,36	24,95	63,30	26,40	0,93
№347 сбор. 2021г. под ред. Первалова	100	47,84	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	20,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07
№203 сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,00	0,71	10,63	32,88	7,13	30,87	7,13	0,07
№140 сбор. 2005г. под ред. Могильного	60	4,72	1,42	4,25	6,41	69,60	0,02	0,81	28,80	0,18	31,44	35,16	12,06	0,85
№495 сбор. 2021г. под ред. Первалова	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№338 сбор. 2005 г. под ред. Могильного	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	865	88,54	31,30	27,88	133,36	1034,13	0,49	20,63	83,80	6,13	179,65	397,96	123,87	9,63
Итого обед:	8824	32,88	32,73	36,52	104,98	647	49,74	74,76	5,78	173,61	304,19	441,31	142,1	1,62
Пятизвезда														
Обед 6 День														
№82 сбор. 2012г. под ред. Могильного	250	6,15	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	66,65	27,00	1,08
№82 сбор. 2012г. под ред. Могильного	100	58,21	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№171 сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	10,09	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	1,68	5,76
338 сб 2005 г под ред Могильного	200	10,08	0,57	0,06	30,20	103,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,37
№338 сбор. 2005 г. под ред. Могильного	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:	805	99,35	35,71	22,99	155,43	1006,23	0,69	21,58	52,75	4,28	145,66	547,76	283,74	13,36
Обед 7 День														
№ 82 сбор. 2005г. под ред. Могильного	250/5	9,03	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19
№291 сбор. 2005г. под ред. Могильного	100/200	51,32	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№306 сбор. 2005г. под ред. Могильного	60	16,80	1,86	2,64	10,80	78,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,88	35,98	12,48	0,41
342 сб 2005 г	200	5,96	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,001	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87

к/к	Бюджет в под. учавк	125	16,25	3,90	4,40	25,00	145,00	0,10	12,50	0,200	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого обед:		885	103,14	40,92	43,27	165,53	1209,61	0,42	29,57	65,00	5,73	196,09	477,75	172,77	8,41
Обед 8.День															
№108.109 сбор. 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с клецками	250	8,46	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	1,34	4,50	22,78	47,35	18,13	0,68
№281.сбор. 2012г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные, запеченные	100	50,13	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№203.сбор.2005г. под ред. Могильного	Макаронная салатная	180/5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,20	25,10	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495.сбор.2012г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	4,13	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	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		805	75,10	25,80	23,05	107,34	861,10	0,33	6,06	78,25	4,17	139,71	331,18	94,79	4,80
Обед 9.день															
№102.сбор.2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобышками	250	6,13	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. Могильного	Рисовый рубленый из птицы	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,786
№321.сбор.2005г. под ред. Могильного	Клецки тушеная	180	14,64	3,76	6,67	17,30	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,46
№388.сбор.2005г. под ред.Могильного	Нашлив 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
№535.сбор. 2005г. под ред. Могильного	Яблочи свежие сезонные	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		800	73,52	32,85	28,92	129,28	1129,13	0,55	59,09	48,50	8,34	246,27	426,10	137,68	27,00
Обед 10.День															
№88.сбор. 2005г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	250/5	7,89	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№629.сбор. 2005г. под ред. Могильного	Рисов. тушеная в помиде с овощами	100/50	58,03	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.2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	13,25	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
3-42 сб.2005 г.	Компот из свежих яблок	200	5,96	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 ржаной-пшеничный	45	2,09	2,97	0,54	15,03	78,30	0,08	0,00	0,60	0,63	15,75	71,10	21,15	1,76
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		865	89,25	26,83	18,63	108,63	857,85	0,49	46,40	48,60	5,69	157,97	487,97	126,64	6,68
№60.сбор.2005г. под ред. Могильного	Возд. Сметана за 10 дней:	88,60	32,44	27,31	33,25	101,78	850	32,58	58,82	594	177,14	454,15	457,12	12,05	
№60.сбор.2005г. под ред. Могильного	Возд. Сметана за 10 дней:	88,66	32,65	30,05	134,88	1027,38	0,48	41,14	66,69	5,71	175,37	442,17	140,18	1,64	
Средняя за 1 день:		88,66	32,65	30,05	134,88	1027,38	0,48	41,14	66,69	5,71	175,37	442,17	140,18	1,64	

*При наличии средств в рамках питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, замораживаемый хлеб и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

Стоимость рациона горячих обедов 88,66 руб/обед.

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горячих обедов — 88,66 руб.

оплаждения и порционирования. В рецептурах супов,

соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выпаривание.

Начальник отдела охраны и управления
здоровья

Кузнецова Ю.С.