

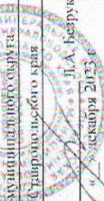
УТВЕРЖАЮ:

Директору д.б.б.ч. с.в.к.  
№ 11 в. Промышлен. Технол.  
И.И. Писаренко  
«\_\_» 19 декабря 2023 г.



СОГЛАСОВАНО:

Председателю управленческого образования  
Администрации Минерально-водоносного  
муниципального округа  
Старшему юристу  
Л.А. Бельгучих  
«\_\_» декабря 2023 г.



СОГЛАСОВАНО:

Начальнику международного Ю. Управляющего  
Федеральной службы по защите  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека  
по Странамольском краю №9  
А.В. Крусак  
«\_\_» декабря 2023 г.



Пересчетное десятидневное меню горячего питания ( завтрак ) для учащихся общеобразовательных учреждений

Минера-водоносного муниципального округа на 2023-2024 учебный год

Сезон: Зима-весна

Возраст 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход/л	Цена	Пишесвое в-во/г							Энерг (Ценность ккал)	Выпашный, мг							Минеральные вещества, мг						
				Б	Ж	У	К	В1	С	А		Е	Ca	P	Mg	Fe									
<b>ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ</b>																									
№210, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Омлет натуральный	159/5	37,50	17,40	17,50	14,99	254,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	30,79	3,07										
№306, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Горошек зеленый консервированный	60	16,94	1,86	2,64	10,80	78,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,88	35,98	12,48	0,41										
№457, сбор 2021г. под ред. Перельова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82										
№338, сбор 2005 под ред. Могилыного	Яблоки свежие с зонные кадированные	120	11,22	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 пшеничный	40	2,36	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80										
<b>Итого завтрак:</b>		<b>594</b>	<b>69,44</b>	<b>23,10</b>	<b>21,12</b>	<b>66,25</b>	<b>543,89</b>	<b>0,26</b>	<b>18,97</b>	<b>380,50</b>	<b>3,03</b>	<b>171,51</b>	<b>226,00</b>	<b>61,46</b>	<b>7,76</b>										
<b>ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ</b>																									
№239, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	58,64	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82										
№185, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Рис пропаренный	180	10,80	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51										
№159, сбор 2021г. под ред. Перельова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87										
№338, сбор 2005 под ред. Могилыного	Бананы свежие кадированные 1 шт.	170	24,90	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80										
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,36										
<b>Итого завтрак:</b>		<b>757</b>	<b>99,76</b>	<b>23,35</b>	<b>12,68</b>	<b>96,85</b>	<b>683,60</b>	<b>0,26</b>	<b>17,75</b>	<b>45,60</b>	<b>2,77</b>	<b>102,07</b>	<b>403,10</b>	<b>133,65</b>	<b>4,56</b>										
<b>ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ</b>																									
№118, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Каша жидкая молочная манная с маслом	200/5	13,97	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	30,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32										
№14, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	7,55	0,48	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02										
№15, сбор 2005г. под ред. Могилыного	Сыр Российский	15	12,00	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15										
№162, сбор 2021г. под ред. Перельова	Каша с яблоком	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65										
№338, сбор 2005 под ред. Могилыного	Яблоки свежие сезонные кадированные	120	11,22	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 пшеничный	40	2,36	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80										
<b>Итого завтрак:</b>		<b>590</b>	<b>56,27</b>	<b>13,67</b>	<b>19,36</b>	<b>66,64</b>	<b>611,38</b>	<b>0,18</b>	<b>12,89</b>	<b>118,00</b>	<b>1,73</b>	<b>282,23</b>	<b>244,92</b>	<b>57,13</b>	<b>4,60</b>										

ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ														
№291 сбор 2005г. под ред. Могильного	160/200	51,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№457 сбор 2021г. под ред. Перелюва	200/10	1,42	0,20	0,19	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№341 сбор 2005 под ред Могильного	160	21,74	1,26	0,28	31,30	132,00	0,06	84,00	0,00	0,00	48,20	32,20	18,20	0,48
к/к	40	2,75	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:	710	77,31	31,48	31,80	111,27	813,35	0,21	84,08	64,80	1,15	127,68	370,40	103,84	5,64
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ														
№223 сбор 2005г. под ред. Могильного	150/10	71,28	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04
№459 сбор 2021г. под ред. Перелюва	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	0,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
№338 сбор 2005 под ред Могильного	120	11,22	0,48	0,18	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	40	2,36	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 завтрак:	537	87,53	29,50	20,54	90,26	610,03	0,18	13,44	111,00	1,11	257,38	372,77	63,38	5,37
Итого завтрак: 1 человек(средняя)	390,31	121,10	105,00	431,37	3262,25	1,09	147,13	719,90	9,79	940,87	1759,09	418,46	27,93	2,22
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ														
№174 сбор 2005г. под ред. Могильного	200/5	16,09	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№14 сбор 2005г. под ред. Могильного	10	7,55	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15 сбор 2005г. под ред. Могильного	15	12,00	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15
№338 сбор 2005 под ред Могильного	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
№457 сбор 2021г. под ред. Перелюва	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	40	2,36	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 завтрак:	600	50,64	11,48	16,74	72,79	608,38	0,14	12,19	99,00	1,47	173,73	200,92	55,33	4,90
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ														
№231 сбор 2012г. под ред. Могильного	150/10	69,61	22,95	18,99	34,80	348,30	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40	1,11
№162 сбор 2021г. под ред. Перелюва	200	9,65	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	32,30	0,65
к/к	125	16,54	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
Итого завтрак:	525	98,55	32,79	26,77	84,96	656,60	0,29	13,59	106,20	4,37	408,70	509,80	114,50	4,12
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ														
№382 сбор 2012г. под ред. Могильного	100	56,55	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№303 сбор 2005г. под ред. Могильного	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,9	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№459 сбор 2021г. под ред. Перелюва	200/10/7	2,67	0,30	0,10	9,30	40,00	0,00	0,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
к/к	40	2,36	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 завтрак:	512	70,21	24,71	18,12	76,52	598,25	0,20	1,15	53,75	2,10	71,48	178,03	37,83	2,87
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ														
№230 сбор 2012г. под ред. Могильного	150/10	62,72	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	28,20	1,78
№163 сбор 2021г. под ред. Перелюва	200	9,07	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12
к/к	170	24,90	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80
Итого завтрак:	570	99,44	28,33	18,99	96,52	641,10	0,24	17,99	127,00	1,12	309,80	436,65	121,65	4,26
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ														
№294 сбор 2005г. под ред. Могильного	160	32,49	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171 сбор 2005г. под ред. Могильного	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	2,4	0,75	19,08	352,12	168	5,76

с/с 57 сбор 2021г. под ред. Персидова	Чай с сахаром	200,10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
с/с 338 сбор 2005 под ред. Молчаново	Яблоки свежие сезонные калибровальные	120	11,22	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
с/с	Хлеб пшеничный	46	2,71	3,63	0,46	22,22	108,10	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,58	40,02	15,18	0,92
Итого затраки:		661	58,02	31,58	23,56	121,52	850,13	0,49	13,38	72,50	2,65	96,42	460,12	216,12	28,02		
Всего затраки: 2 чел/дн (средняя)			576,86	128,89	104,18	452,31	3354,46	1,37	58,30	458,45	11,71	1060,13	1785,52	545,43	44,17		
Всего за 10 дней:			767,17	249,09	209,18	383,68	6016,71	2,46	205,43	1178,35	21,50	2601,00	3544,61	963,89	72,09		
Средняя за 10 дней:			76,72	25,00	20,92	88,37	661,67	0,25	20,54	117,84	2,15	260,10	354,46	96,39	7,21		

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

*Стоимость рациона организационных мероприятий: % 27 рублей (с учетом 0% скидки на годовые бланды и 0% скидки на текущие поездки)*

персональное питание: меню для муниципальных образовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептов блюд для предприятий общественного питания (2005 - 2010г; 2011г, 2012г.), с учетом физиологических

норм питания для детей раннего возраста. Стоимость рациона питания горячие завтраки — 75,72 руб.

Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд, даны с учетом потерь при их изготовлении охлаждении и герметизации. В рецептурах супов, соусов, сладких блюд, напитков указана норма жаркости с учетом потерь на вычитание

на чистый вес овощей и фруктов

Кузнецова Ю.С.

