

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

№ 17 с. Сичка

МКОУ «Сичковский ЦОШ»

с. Сичка

« 23 » декабря 2023 г.



СОГ ЛАСОВАНО:

Начальник управления образования

Администрации Минераловодского

Муниципального округа

Суперинтендентского края

« 23 » декабря 2023 г.



СОГ ЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного ТО Управления

Федеральной службы по надзору

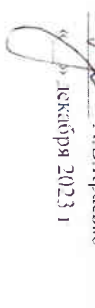
в сфере защиты прав потребителей

и безопасности человека

по Ставропольскому краю №9

А.В. Кравцова

« 23 » декабря 2023 г.



Перепечатанное десятидневное меню горячего питания (обеда) для учащихся общеобразовательных учреждений

Минераловодского муниципального округа на 2023-2024 учебный год

Сезон Зима-весна

1-2 кв.
2024 г.

Возраст 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена, руб	Цели											
				Б	Ж	У	К	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Обед 1. День															
№ 82, сбор 2005г. под ред. Мотылиного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,55	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,25	26,25	1,19
№ 279, сбор 2005г. под ред. Мотылиного	Террин из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	54,27	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№ 203, сбор 2005г. под ред. Мотылиного	Макаронны отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№ 495, сбор 2021г. под ред. Перезавола	Компот из сухофруктов	200	4,17	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	Удоб жарено-пшеничный	30	2,06	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	Удоб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:		850	80,45	30,65	32,62	112,33	888,03	0,30	11,51	110,00	5,42	150,31	381,98	111,95	5,39
Обед 2. День															
№ 80, сбор 2012г. под ред. Мотылиного	Суп картофельный с крупой	250	6,53	2,18	4,39	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. Мотылиного	Котлеты рубленные из птицы	100	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
№ 137, сбор 2012г. под ред. Мотылиного	Рагу из овощей	180/5	17,43	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	3,47	31,44	63,24	27,84	0,95
342 сб 2005 г. под ред. Мотылиного	Компот из свежих яблок	200	6,03	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	Удоб жарено-пшеничный	30	2,06	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	Удоб пшеничный	30	1,77	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:		795	66,31	25,48	31,49	111,49	969,30	0,36	19,57	72,50	6,83	120,42	358,54	100,75	22,42
Обед 3. День															
№ 84, сбор 2005г. под ред. Мотылиного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,05	3,54	5,10	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. Мотылиного	Котлеты рыбные	100	33,76	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. Мотылиного	Картофель отварной с маслом	180/5	15,17	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63

№6195, сбор 2021г. под ред. Пиреевцова	Компот из сухофруктов	200	4.17	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	30	2.06	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	Хлеб пшеничный	30	1.77	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0.00	0.00	0.39	6.90	26.10	9.90	0.60
Итого обед:		800	66.98	27.79	29.66	99.64	889.15	0.48	34.02	46.50	5.73	164.19	509.21	138.12	6.56

Обед 4, День

№6102, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8.69	5.49	5.27	16.32	134.75	0.23	5.81	0.00	2.42	38.08	87.18	35.30	2.05
№6290, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Пшеница тушеная в соусе	100/60	45.29	26.40	29.80	8.00	230.00	0.05	0.01	40.00	0.40	51.13	124.63	19.00	1.51
№6305, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Рис отваренный	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	0.513
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	6.03	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	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2.06	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	Хлеб пшеничный	30	1.77	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0.00	0.00	0.39	6.90	26.10	9.90	0.60
Итого обед:		910	74.64	40.04	40.03	104.50	834.05	0.41	5.92	61.00	3.90	114.28	354.15	101.70	6.69

Обед 5, День

№606, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Рассольник ленинградский	250	10.63	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. Пиреевцова	Котлета "Школьная"	100	46.97	15.30	11.00	13.30	265.00	0.14	0.00	30.00	1.40	50.00	136.00	21.00	2.07
№6203, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Макаронная омакраска с маслом	180/5	8.63	5.70	6.07	32.00	225.50	0.04	0.00	25.00	0.71	10.63	32.88	7.13	0.07
№6495, сбор 2021г. под ред. Пиреевцова	Компот из сухофруктов	200	4.17	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	30	2.06	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	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
Итого обед:		795	74.82	28.74	23.03	111.67	867.60	0.41	7.74	55.00	5.81	125.38	333.58	96.23	5.73
Всего обед 1 неделя (списания)			72.64	30.54	31.37	107.93	885.63	0.39	15.75	69.00	5.54	134.92	387.49	109.75	9.36

Итого за неделю

Обед 6, День

№82, сбор 2012г. под ред. Моргильного	Суп картофельный с макаронами и луком	250	7.03	2.68	2.84	17.14	104.75	0.11	8.25	0.00	1.42	24.60	66.65	27.00	1.08
№282, сбор 2012г. под ред. Моргильного	Котлета из говядины	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
№671, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10.18	10.63	7.18	47.77	316.00	0.3	0	24	0.75	19.08	252.12	168	5.76
358 сб 2005 г под ред. Моргильного	Кисель из соев	200	8.20	0.57	0.06	30.20	103.60	0.01	1.10	0.00	0.18	15.70	16.32	3.36	0.37
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2.06	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	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
Итого обед:		795	86.38	34.57	22.39	140.15	909.30	0.63	9.50	52.75	4.14	122.83	518.54	238.16	10.31

Обед 7, День

№82, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9.55	1.82	4.91	12.74	102.50	0.05	10.29	0.00	2.40	44.38	53.23	26.25	1.19
№91, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Плов из птицы	100/200	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
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	6.03	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	Хлеб ржаной-пшеничный	30	2.06	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	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
Итого обед:		825	71.40	34.50	36.11	128.39	969.05	0.24	10.47	64.80	3.65	129.71	410.97	120.59	6.81

Обед 8, День

№108, сбор 2005г. под ред. Моргильного	Суп картофельный с капустой	250	8.58	2.06	3.10	12.58	124.50	0.08	5.75	0.00	1.34	22.78	47.35	18.13	0.68
№281, сбор 2012г. под ред. Моргильного	Котлеты рубленые, запеченные с макаронной соуса	100	50.30	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. Моргильного	Макаронная омакраска с маслом	180/5	8.63	5.70	6.07	32.00	225.50	0.04	0.00	25.00	0.71	10.63	32.88	7.13	0.071

№495 сбор 2021г. под ред. Перетягова	Компон из сухфруктов	200	4.17	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 ржано-пшеничный	30	2.06	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	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
Итого обед:		805	76.10	25.14	22.93	104.00	843.70	0.31	6.06	78.25	4.03	136.21	315.38	90.09	4.41
Обед 9 день															
№492 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Суп картофельный с бобовыми	250	8.69	5.49	5.27	16.32	189.70	0.23	5.81	0.00	2.42	38.08	87.18	35.30	2.03
№494 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Виточки рубленные из птицы	100	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
№321 сб 2005г. под ред. Мотыляного	Капустя тушенная	180	14.77	3.76	6.67	17.30	244.00	0.06	29.90	0.00	3.54	102.00	77.20	38.20	1.46
№338 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Напиток 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
№338 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Ягоды свежие сезонные	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	кашробораншие														
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.06	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	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
Итого обед:		800	77.13	32.19	28.80	125.94	1111.73	0.54	59.09	48.50	8.20	242.77	410.30	132.98	26.61
Обед 10 день															
№88 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	8.51	1.74	4.89	9.20	144.75	0.06	18.47	0.00	2.37	43.33	47.63	22.25	0.80
№229 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Рыба тушенная 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
№310 сбор 2005г. под ред. Мотыляного	Картофель отварной с маслом	180/5	15.17	4.50	5.00	28.90	220.20	0.19	26.38	24.00	0.25	19.44	100.20	36.84	1.65
342 сб 2005г	Компот из свежих яблок	200	6.03	0.16	0.00	29.00	116.60	0.00	0.10	0.001	0.00	5.25	8.24	4.40	0.87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	33	2.27	2.18	0.40	11.02	57.42	0.06	0.00	0.00	0.44	11.55	52.14	15.51	1.29
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
Итого обед:		866	92.98	26.04	18.49	104.64	836.97	0.47	46.40	48.60	5.50	153.77	469.01	121.00	6.21
Всего обед (средняя)			80.80	30.49	25.74	120.62	934.15	0.44	26.30	58.58	5.10	157.06	424.84	140.56	10.87
Всего средняя за 10 дней:			76.72	30.51	28.56	114.28	909.89	0.42	21.03	63.79	5.32	145.99	406.17	125.16	10.11
Средняя за 1 день:			76.72	30.51	28.56	114.28	909.89	0.42	21.03	63.79	5.32	145.99	406.17	125.16	10.11

* При наличии средств в рационе питания могут быть исключены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, доломитовый хлеб и т.д. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

Списокность рациона: горячих обедов 76,72 рублей.

Перспективное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2021г., 2004г., 2011 г., 2012 г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горячих обедов — 76.72 руб.

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

Начальник отдела охраны и укрепления здоровья

Кузнецова Ю.С.