

УТВЕРЖАЮ:

Директор

№

*М.П. Школы*



СОЛТАСОВ ИЮЮ

Надлежащим образом оформленная

данным специалистом Министерства

Кувандыкского округа

Старшего инспектора



СОЛТАСОВ ИЮЮ

Надлежащим образом оформленная

Федеральной службой по надзору

в сфере защиты прав потребителей

и обеспечения качества

по Ставропольскому краю в г. Лыткарино  
г. Декатера 2023 г.

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

Муниципального округа на 2023-2024 учебный год (СВО)

Срок: 30 дней

1-2 кв.

Возраст 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена руб	1 неделя											
				Б	Ж	У	К	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe

Обед 1 День

№82 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Борщи с капустой и картофельное пюре	250,5	9,55	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	51,23	26,25	1,19
№279 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Теплые из говядины с соусом сметанным с комочками	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
№253 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Макаронная отварная с маслом	180,5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,80	0,04	0,01	25,0	0,71	10,63	33,88	7,13	0,071
№495 обед 2005 г. под ред. Перевалова	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
№338 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Ягодки свежие сезонные замороженные	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 ржаного-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,24	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
<b>Итого обед:</b>		<b>850</b>	<b>91,67</b>	<b>31,13</b>	<b>33,10</b>	<b>124,27</b>	<b>967,56</b>	<b>0,35</b>	<b>23,59</b>	<b>110,00</b>	<b>5,42</b>	<b>169,64</b>	<b>395,40</b>	<b>122,83</b>	<b>8,05</b>

Обед 2 День

№80 обед 2012 г. под ред. Мотыльнова	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 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	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 обед 2012 г. под ред. Мотыльнова	Рул 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
312 от 2005 г. под ред. Мотыльнова	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
№338 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Ванили свежие замороженные 1 шт	200	29,30	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,000	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
к/к	Хлеб ржаного-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
<b>Итого обед:</b>		<b>795</b>	<b>95,61</b>	<b>28,38</b>	<b>31,49</b>	<b>158,69</b>	<b>1169,30</b>	<b>0,44</b>	<b>37,57</b>	<b>72,50</b>	<b>6,83</b>	<b>135,42</b>	<b>410,54</b>	<b>173,75</b>	<b>23,36</b>

Обед 3 День

№84 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Борщи с капустой и картофельное пюре	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 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	Котлеты рубленные	100	33,76	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	27,00	218,38	28,38	0,76
№310 обед 2005 г. под ред. Мотыльнова	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
№419 обед 2005 г. под ред. Перевалова	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

№338, сбор 2005 год ред Могилыного	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	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,50	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	
<b>Итого обед:</b>		<b>800</b>	<b>78,20</b>	<b>28,27</b>	<b>30,14</b>	<b>111,58</b>	<b>948,68</b>	<b>0,53</b>	<b>46,10</b>	<b>46,50</b>	<b>5,73</b>	<b>183,52</b>	<b>522,63</b>	<b>149,00</b>	<b>9,22</b>	
<b>Обед 4, День</b>																
№102, сбор 2005г год ред Могилыного	Суп картофельный с брокколи	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	2,03	
№290, сбор 2005г год ред Могилыного	Пшени ржана 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	
№305, сбор 2005г год ред Могилыного	Рис пропаренный	180	10,80	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	Кондит. 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	
№311, сбор 2005 год ред Могилыного	Английский свежий калибровальный: 1 шт.	200	27,18	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	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,50	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	
<b>Итого обед:</b>		<b>910</b>	<b>101,82</b>	<b>41,62</b>	<b>40,38</b>	<b>143,63</b>	<b>999,05</b>	<b>0,48</b>	<b>110,92</b>	<b>61,00</b>	<b>4,25</b>	<b>174,53</b>	<b>394,40</b>	<b>124,45</b>	<b>7,29</b>	
<b>Обед 5, День</b>																
№296, сбор 2005г год ред Могилыного	Рассольник капустный	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	
№317, сбор 2021г год ред Перевалова	Колбаса Шкотовая*	100	46,97	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07	
№203, сбор 2005г год ред Могилыного	Макаронн отварные с маслом	180/5	8,63	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	31,88	7,13	0,07	
№495, сбор 2021г год ред Перевалова	Кондит. из шокофруктов	200	4,17	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	49,20	14,40	0,60	
№338, сбор 2005 год ред Могилыного	Яблоки свежие сезонные калибровальные	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 ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,50	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	
<b>Итого обед:</b>		<b>795</b>	<b>86,04</b>	<b>29,22</b>	<b>23,51</b>	<b>123,61</b>	<b>947,13</b>	<b>0,45</b>	<b>19,82</b>	<b>55,00</b>	<b>5,81</b>	<b>144,71</b>	<b>347,00</b>	<b>107,11</b>	<b>8,39</b>	
<b>Всего обед 1 недели (средняя)</b>			<b>90,67</b>	<b>31,72</b>	<b>31,72</b>	<b>132,36</b>	<b>1006,34</b>	<b>0,45</b>	<b>47,60</b>	<b>69,00</b>	<b>5,61</b>	<b>161,56</b>	<b>413,89</b>	<b>135,43</b>	<b>11,26</b>	
<b>Итого</b>																
<b>Обед 6, День</b>																
№82, сбор 2012г год ред Могилыного	Суп картофельный с макаронными изделиями	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 год ред Могилыного	Колбасы 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	
№171, сбор 2005г год ред Могилыного	Каша гречневая рассычатая с маслом	180/5	10,18	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76	
358 сб 2005 г год ред Могилыного	Кисель из сока	200	8,20	0,57	0,06	30,20	103,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,52	3,36	0,37	
№338, сбор 2005 год ред Могилыного	Яблоки свежие сезонные калибровальные	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 ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,50	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	
<b>Итого обед:</b>		<b>795</b>	<b>97,60</b>	<b>35,05</b>	<b>22,87</b>	<b>152,09</b>	<b>988,83</b>	<b>0,68</b>	<b>21,58</b>	<b>52,75</b>	<b>4,14</b>	<b>142,16</b>	<b>531,96</b>	<b>249,04</b>	<b>12,97</b>	
<b>Обед 7, День</b>																
№82, сбор 2005г год ред Могилыного	Ворш 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	
№291, сбор 2005г год ред Могилыного	Шош из пшны	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	Каша гречневая с 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	Виноград в под Улик	125	16,54	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	30,00	15,00	35,00	0,80	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,06	1,98	0,36	10,02	52,50	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	
<b>Итого обед:</b>		<b>825</b>	<b>87,94</b>	<b>38,40</b>	<b>40,51</b>	<b>151,39</b>	<b>1114,05</b>	<b>0,34</b>	<b>22,97</b>	<b>65,00</b>	<b>4,15</b>	<b>179,71</b>	<b>425,97</b>	<b>155,59</b>	<b>7,61</b>	
<b>Обед 8, День</b>																



№108.119 сбор 2005г под ред Мопильного	Суп картофельный с клецками	250	8,58	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,54	22,78	47,35	18,13	0,68
№281 сбор 2012г под ред Мопильного	Котлеты рубленые запеченные с картофельным соусом	100	50,30	11,64	12,90	9,98	265,50	0,06	0,11	48,75	0,64	63,00	133,75	23,13	1,00
№203 сбор 2005г под ред Мопильного	Макаронная запеканка 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 Перевалова	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 ржано-пшеничный	35	2,30	1,87	0,35	9,44	49,20	0,05	0,00	0,00	0,38	9,90	44,68	13,59	1,11
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 обед:</b>		<b>805</b>	<b>76,44</b>	<b>25,03</b>	<b>22,92</b>	<b>103,42</b>	<b>840,70</b>	<b>0,31</b>	<b>6,06</b>	<b>78,25</b>	<b>3,99</b>	<b>135,61</b>	<b>312,66</b>	<b>89,28</b>	<b>4,35</b>
<b>Обед 9 лет.</b>															
№102 сбор 2005г под ред Мопильного	Суп картофельный с бобовыми	250	8,69	5,49	5,27	16,52	189,70	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	45,30	2,03
№294 сбор 2005г под ред Мопильного	Выпечка рубленая из пшеницы	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 сбор 2005г под ред Мопильного	Канелла тушеная	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
№388 сбор 2005г под ред Мопильного	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 Мопильного	Ягодный свежий 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	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	1,56
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 обед:</b>		<b>800</b>	<b>77,82</b>	<b>32,85</b>	<b>28,92</b>	<b>129,28</b>	<b>1129,13</b>	<b>0,55</b>	<b>59,09</b>	<b>48,50</b>	<b>8,34</b>	<b>246,27</b>	<b>426,10</b>	<b>137,68</b>	<b>27,00</b>
<b>Обед 10 лет.</b>															
№88 сбор 2005г под ред Мопильного	Щитик свежий капуста 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 Мопильного	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	65,06	226,00	28,80	0,82
№310 сбор 2005г под ред Мопильного	Картофель отварной с маслом	180/5	15,17	4,50	5,00	28,90	229,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№2 от 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	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
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 обед:</b>		<b>866</b>	<b>93,46</b>	<b>26,50</b>	<b>18,57</b>	<b>106,98</b>	<b>849,15</b>	<b>0,48</b>	<b>46,40</b>	<b>48,60</b>	<b>5,62</b>	<b>156,22</b>	<b>480,07</b>	<b>124,29</b>	<b>6,48</b>
<b>Всего обед 2 недели (средняя)</b>															
<b>Всего средняя за 10 дней:</b>			<b>88,66</b>	<b>31,65</b>	<b>29,24</b>	<b>130,49</b>	<b>995,36</b>	<b>0,46</b>	<b>39,41</b>	<b>63,81</b>	<b>5,43</b>	<b>166,78</b>	<b>424,67</b>	<b>143,30</b>	<b>11,47</b>
<b>Средняя за 1 день:</b>			<b>88,66</b>	<b>31,65</b>	<b>29,24</b>	<b>130,49</b>	<b>995,36</b>	<b>0,46</b>	<b>39,41</b>	<b>63,81</b>	<b>5,43</b>	<b>166,78</b>	<b>424,67</b>	<b>143,30</b>	<b>11,47</b>

\* При наличии средств в рамках питания могут быть обеспечены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.п. продукты, дополнительные напитки и микродозы триггерами).  
**Столкнуть рационировать горячих обедов 88,66 руб/дн.**

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2021г., 2004г., 2011г., 2012г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горячих обедов — 88,66 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 управления  
 добровольца

Кузнецова Ю.С.