



Обед 1-4 кл. 3-4 кв 2024г

СОГЛАСОВАНО:
И.о. заместителя управляющего образовательной администрации Министерства образования муниципального округа Ставропольского края
И.П. Гуров
26.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО:
Начальник межрайонного ГО Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ставропольскому краю №6
Территориальное отделение
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
в городе Пятигорске
147000, г.Пятигорск, ул.Университетская, 1.34А

Пересчитанное десятидневное меню горячего питания (объем) для учащихся общеобразовательных учреждений
Минераловодского муниципального округа на 2024-2025 учебный год

Сезон: осенне-зима

3-4 кв.
2024 г.

Возраст 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Пищевые вещества						Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У	К	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1 день																	
Обед 1 День																	
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борни с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,03	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,28	55,23	26,25	1,19		
№279, сбор 2005г. под ред. Могильного	Горбуша в готовом виде с соусом сметанным с томатом	100/50	55,70	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. Могильного	Макаронные изделия с маслом	180/5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,3	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071		
№495, сбор 2021г. под ред. Персикалова	Компот из сухофруктов	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,90	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69		
к.к.	Хлеб ржаной-пшеничный	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.	Хлеб пшеничный	30	1,45	2,37	0,36	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
Итого обед:		850	80,30	30,65	32,62	112,33	888,03	0,30	11,51	110,00	5,42	150,31	381,98	111,95	5,30		
Обед 2 День																	
№80, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	5,70	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 2003г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из говядины	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,50	48,50	1,30	42,33	146,80	17,90	17,80		
№137, сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	180/5	16,57	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,02	24,00	3,47	31,44	63,24	27,84	0,95		
№388, сбор 2004г. под ред. Могильного	Напиток из плодов шиповника	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,53	3,44	3,44	0,03		
к.к.	Хлеб ржаной-пшеничный	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.	Хлеб пшеничный	30	1,45	2,37	0,36	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
Итого обед:		795	63,04	26,00	31,77	103,24	966,50	0,37	29,47	72,50	6,83	136,50	353,74	99,79	22,18		
Обед 3 День																	
№ 84, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борни с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,47	5,54	5,10	14,53	168,25	0,09	6,29	0,00	2,44	80,25	97,93	34,50	1,71		
№234, сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рыбные	100	33,42	14,80	18,80	17,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,28	28,38	0,76		
№110, сбор 2005г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	12,25	4,80	5,10	28,90	220,20	0,10	26,38	24,00	0,25	19,14	100,20	36,84	1,63		
№495, сбор 2021г. под ред. Персикалова	Компот из сухофруктов	200	4,13	0,60	0,10	20,10	84,90	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69		

Обед 1-4 кв 3-4 кв 2020г

№328, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблони свежие сушеные	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,84	3,66
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,39	1,98	0,36	19,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
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:		930	75,63	29,06	30,24	116,41	972,18	0,54	46,10	46,50	5,86	185,82	531,33	182,30	9,42
Обед 4. День															
№102, сбор 2005г под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	6,13	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	33,30	2,03
№290, сбор 2005г под ред. Могильного	Птица тушенная в соусе	100,60	45,36	26,40	29,80	8,00	230,80	0,05	0,01	40,00	0,40	54,13	755,63	19,00	1,81
№305, сбор 2005г под ред. Могильного	Рис, отваренный	180	10,72	3,64	4,30	26,67	200,40	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51
343 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,96	0,16	0,00	29,00	146,90	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,21	4,00	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,39	1,98	0,36	19,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
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:		860	71,49	40,83	40,13	109,33	857,55	0,42	5,92	61,00	4,03	116,58	362,85	105,00	6,89
Обед 5. День															
№96, сбор 2005г под ред. Могильного	Рассольник куриный	250	8,43	2,00	5,10	16,93	148,90	0,10	7,54	0,00	2,26	24,95	63,30	26,40	0,93
№747, сбор 202 г. под ред. Переклюка	Вотлета "Школьная"	100	47,84	15,30	11,60	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	Макаронны отварные с маслом	180,5	8,00	5,70	5,07	33,00	223,50	0,04	0,00	25,00	0,21	10,63	32,88	7,15	0,07
№146, сбор 2005г под ред. Могильного	Свеколя, тушенная в соусе	60	4,72	1,42	4,25	6,41	66,60	0,02	0,81	28,80	0,18	31,44	35,16	12,05	0,85
№495, сбор 202г под ред. Переклюка	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 ржано-пшеничный	40	1,39	1,98	0,36	19,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
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:		865	77,04	30,16	27,28	118,08	937,20	0,43	8,55	83,80	5,99	156,82	368,74	108,20	6,58
Итого обед 1 кв (по средним)			73,00	27,34	32,41	113,09	924,29	0,41	23,41	74,76	6,63	140,21	399,73	116,07	10,69
II неделя															
Обед 6. День															
№82, сбор 2012г под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,15	2,68	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	1,42	24,60	60,65	27,00	1,08
№782, сбор 2012г под ред. Могильного	Вотлеты куриные	100	58,21	15,55	11,55	15,20	238,25	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№171, сбор 2005г под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180,5	10,09	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	282,12	168	5,76
338 сб 2015 г под ред. Могильного	Кисель из сока	200	10,08	0,57	0,06	30,30	105,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,27
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,39	1,98	0,36	19,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
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:		805	87,85	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. Могильного	Вотля с капустой и картофелем со сметаной	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	Пюре из картофеля	100,200	51,32	27,38	10,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	66,38	267,30	62,64	2,78
№306, сбор 2005г под ред. Могильного	Горошек желтый консервированный	60	16,80	1,86	2,64	10,80	78,10	0,06	6,60	0,00	1,44	12,88	35,58	12,48	0,41
342 сб 2005 г	Компот из свежих яблок	200	5,96	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,21	4,40	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,39	1,98	0,36	19,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
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	86,43	36,36	38,75	139,19	1047,21	0,30	17,07	64,80	5,09	142,59	446,95	133,07	7,22
Обед 8. День															
№108,109, сбор 2005г под ред. Могильного	Суп картофельный с капустой	250	8,46	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	42,35	18,13	0,68

Обед 1-4 кл 3-4 кв 2024г

№781,сбор 2013г под ред.Могильного	Котлеты рубленые, запеченные с картофельным пюре	100	50,13	11,64	12,90	9,98	263,50	0,06	0,11	48,25	0,64	63,00	133,75	53,13	1,00
№203,сбор 2005г под ред. Могильного	Мякноры отварные с макар.	183,5	8,00	5,70	6,07	22,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495,сбор 2021г под ред. Переломова	Котлет из курицы	700	4,13	9,781	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,80	0,09
к/в	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,30	1,98	0,36	10,62	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/в	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:		865	74,64	25,14	22,93	104,00	843,70	0,31	6,06	78,25	4,03	136,21	315,38	90,00	4,41
Обед 9 день															
№ 102,сбор 2005г под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	6,13	5,40	5,57	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	Потроха рубленные из птицы	100	32,29	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№221сб 2005г под ред.Могильного	Каша гречневая	180	14,64	3,76	6,67	17,20	244,00	0,06	29,90	0,00	3,54	103,60	77,20	28,20	1,46
№388сбор 2005г под ред.Могильного	Шницель из филе свинины	200	5,54	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	7,44	3,44	0,63
к/в	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,30	1,98	0,36	10,62	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/в	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:		800	62,02	31,71	28,32	114,00	1032,20	0,49	47,01	48,50	8,20	223,44	396,88	122,10	23,95
Обед 10 день															
№88,сбор 2005г под ред. Могильного	Щи из свеклы капусты с картофелем со сметаной	250/5	7,99	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,65	22,25	0,80
№220,сбор 2005г под ред. Могильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	58,01	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,97	65,00	226,00	28,80	0,82
№310,сбор 2005г под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	480/5	12,25	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,71	19,44	100,70	36,84	1,63
342 сб 2005г	Котлет из свеклы бланш	700	5,96	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,001	0,00	5,25	8,21	4,80	0,87
к/в	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,62	2,31	0,42	11,69	60,90	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37
к/в	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:		865	88,78	26,17	18,51	105,31	840,45	0,47	46,40	48,60	5,55	154,47	472,17	121,94	6,29
Итого обед 3 недели (среднее)		79,84	39,79	26,48	20,83	120,83	934,87	0,44	25,71	59,38	5,40	155,91	429,88	141,87	16,44
Итого среднее за 10 дней:		76,72	31,07	29,29	18,20	929,43	0,43	22,76	66,47	5,81	152,56	414,30	128,27	16,26	
Средняя за 1 день:		76,72	31,07	29,29	18,20	929,43	0,43	22,76	66,47	5,81	152,56	414,30	128,27	16,26	

* При расчете средств в рамках питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежими, сыр, яйца, вареный хлеб и т.д. и т.д. и т.д., дополнительные ингредиенты и т.д. и т.д. и т.д.)
Стоимость рационов горячих обедов 76,72 рублей.

Персональное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептов блюд для предприятий общественного питания (2035г., 2021г., 2004г., 2011г., 2012г. г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов 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 выкладки с учетом потерь на выкатывание.

Меню и план питания
 одобрен

Кузнецова Ю.С.