

Согласовано:
 Управлением образования
 администрации города-курорта Железноводска
 Ставропольского края
 С.Н. Казанцева
 «01» октября 2024 г.

Утверждаю:
 Директор МБОУ ООШ № 1
 города-курорта Железноводска
 Ставропольского края
 М.А. Короткова
 «01» октября 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Начальник межрайонного ТО Управления
 Федеральной службы по надзору

в сфере защиты прав потребителей
 и благотворительности

Управление по надзору
 по Ставропольскому краю
 в городе Пятигорске
 «01» октября 2024 г.
 357500, г.Пятигорск, ул. Университетская, д.36А

Примерное меню горячего питания (ЗАВТРАК) для детей учащихся в муниципальном бюджетном учреждении города,
 за счет местного бюджета города-курорта Железноводска (льготная категория)

Сезон: Осень - Зима

№ рецепт.	Выход блюда	Наименование блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			4 кв. Энерг. Ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ							
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54
181сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Блинчики с фруктовой начинкой	30,60	13,2	6,8	34,6	280
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Сок фруктовый (1 лит.)	10,00	0,3	0,0	17,1	89
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46
	585	Всего за день:	67,57	19,0	11,8	72,8	523,2
2 ДЕНЬ							
п/ф 600203	120	Котлеты Домашние	57,24	12,8	14,9	11,7	233
204 сбор.2005г.под ред.Могильного	180/45	Макароны отварные с сыром	33,31	8,5	4,2	34,9	204
349 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	0,00	0,0	21,8	88
х/к	1шт	Вафли "Боярушка"	20,00	0,1	7,3	12,3	66
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46
	705	Всего за день:	117,25	21,25	19,1	68,4	525,1
3 ДЕНЬ							
п/ф 600400	200/5/30	Вареники с картофелем п/ф со сметаной и маслом сливочным	46,99	26,2	28,4	29,3	385
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
377 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15	Чай с сахаром	1,52	2,1	0,5	15,6	59
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46
	640	Всего за день:	63,93	30,3	29,6	66,0	544,4
4 ДЕНЬ							
131 сбор.2005г.под ред.Могильного	80	Горошек зеленый конс	14,24	12,1	0,1	2,3	17,1
п/ф 600203	140	Люля-кебаб куриный	88,70	16,5	24,9	22,7	285
171 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Рис отварной	14,73	10,48	5,08	51,49	317,04
377 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15	Чай с сахаром	1,52	2,1	0,5	15,6	59
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Фрукты свежие (банан)	38,00	2,9	0,2	39,9	169
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46
	882	Всего за день:	160,84	33,4	30,9	139,0	876,5

Смирнов

		5 ДЕНЬ						
16 сбор.2005г.под ред.Могильного	10	Масло сливочное	8,66	0,1	72,5	0,1	66	
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54	
182 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Каша жидкая молочная (овс. хл."Геркулес")	15,73	18,5	23,5	54,3	385	
х/к	1шт	Вафли "Боярушка"	20,00	0,1	7,3	12,3	66	
379 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Чай с сахаром	1,52	3,6	2,7	28,3	152	
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46	
	525	Всего за день:	61,11	27,2	38,0	104,2	703,2	
		6 ДЕНЬ						
п/ф 600405	200/5/30	Пельмени сочные со сметаной и маслом сливочным	64,57	26,5	29,5	42,2	398	
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54	
377 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	2,1	0,5	15,6	59	
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46	
	610	Всего за день:	83,02	30,6	30,7	78,9	557,4	
		7 ДЕНЬ						
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	80	Икра кабачковая конс.	10,34	12,1	0,1	2,3	17,1	
п/ф 600203	120	Котлеты Домашние	57,24	12,8	14,9	11,7	233	
204 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Макароны отварные	7,79	8,5	4,2	34,9	204	
379 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Чай с сахаром	1,52	3,6	2,7	28,3	152	
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46	
	640	Всего за день:	80,55	24,85	21,8	74,9	589,1	
		8 ДЕНЬ						
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54	
п/ф 600400	180	Блинчики с фруктовой начинкой	30,60	28,5	28,4	65,5	559	
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Фрукты свежие (банан)	38,00	2,9	0,2	39,9	169	
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Сок фруктовый (1 лит.)	10,00	0,3	0,0	17,1	89	
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46	
	665	Всего за день:	93,81	33,2	28,8	131,9	863,3	
		9 ДЕНЬ						
п/ф 600203	140	Люля-кебаб куриный	88,70	19,2	24,9	23,7	286	
171 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Каша рассыпчатая (гречневая)	11,82	10,48	5,08	51,49	317,04	
377 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	2,1	0,5	15,6	59	
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46	
	795	Всего за день:	107,22	33,3	30,7	100,1	708,4	
		10 ДЕНЬ						
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54	
16 сбор.2005г.под ред.Могильного	10	Масло сливочное	8,66	0,1	22,5	0,1	66	
171 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	14,33	19,2	3,2	33,4	389	
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54	
379 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Чай с сахаром	1,52	3,6	2,7	28,3	152	
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	1,5	0,2	9,3	46	
	615	Всего за день:	51,47	24,9	29,1	82,9	707,3	
		Итого за 10 дней:	886,8	277,84	270,30	919,13	6597,82	
		Итого средняя за день:	88,68	27,8	27,0	91,9	659,8	

*При наличии средств, в рационе питания могут быть включены овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб, продукты обогащенные витаминами и микроэлементами.

88,66
886,60

-0,02
-0,16

Примерное перспективное 10-дневное меню для школьных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептов блюд для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста.

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 выкипание.

Согласовано:
Управлением образования
администрации города-курорта Железноводска
Ставропольского края
С.Н. Казанцева
«01» октября 2024 г

Утверждаю:
Директор МБОУ ООШ № 1
города-курорта Железноводска
Ставропольского края
М.А. Короткова
«01» октября 2024 г

СОГЛАСОВАНО

Начальник межрайонного ТО Управления
Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека

Территориальный отдел
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
в городе Пятигорске
«01» октября 2024 г
357500, г.Пятигорск, ул. Университетская, д.36А

Примерное меню горячего питания (ОБЕД) для детей учащихся в муниципальном бюджетном учреждении города
за счет местного бюджета города-курорта Железноводска (льготная категория)

Сезон: Осень - Зима

4 кв.

№ рецепт.	Выход блюда	Наименование блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ							
п/ф 600400	200/5/30	Вареники с картофелем п/ф со сметаной и маслом сливочным	46,99	23,5	26,3	46,6	530
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Свежие фрукты (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
х/к	1шт	Вафли "Боярушка"	20,00	0,1	7,3	12,3	66
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Сок фруктовый (1 лит.)	10,00	3,6	2,7	28,3	152
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	670	Всего за день:	92,41	31,5	37,4	119,6	908,5
2 ДЕНЬ							
16 сбор.2005г.под ред.Могильного	10	Масло сливочное	8,66	0,1	12,5	0,1	66
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54
183 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Суп молочный с крупой (пшеничная)	10,85	5,3	7,8	21,3	289
376 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	2,1	0,5	15,6	59
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	625	Всего за день:	49,52	15,2	26,2	69,4	628,8
3 ДЕНЬ							
п/ф 600203	120	Котлеты Домашние	57,24	12,8	14,9	11,7	233
171 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Каша гречневая рассыпчатая	11,82	0,2	0,0	0,5	170
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Фрукты свежие (банан)	38,00	2,9	0,2	39,9	169
376 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15	Чай с сахаром	1,52	3,6	2,7	28,3	152
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	755	Всего за день:	112,24	19,4	17,8	80,4	724,3
4 ДЕНЬ							
п/ф 600405	200/5/30	Пельмени сочные со сметаной и маслом сливочным	64,57	23,2	32,1	55,4	423
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Свежие фрукты (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
376 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	2,1	0,5	15,6	59
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	630	Всего за день:	83,02	29,6	33,7	103,3	642,7

		5 ДЕНЬ					
131 сбор.2005г.под ред.Могильного	60	Горошек зеленый конс	11,31	12,1	0,1	2,3	17,1
203 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Макароны отварные	7,79	5,5	4,2	34,9	204
п/ф 600203	120	Котлеты Домашние	57,24	12,8	14,9	11,7	233
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Сок фруктовый (1 лит.)	10,00	0,3	0,0	17,1	68
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	640	Всего за день:	90,00	22,41	19,70	84,32	611,45
		6 ДЕНЬ					
16 сбор.2005г.под ред.Могильного	10	Масло сливочное	8,66	0,1	12,5	0,1	66
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54
183 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Суп молочный с оvs. хл. "Геркулес"	11,08	23,6	22,7	32,2	289
376 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15	Чай с сахаром	1,52	3,6	2,7	28,3	152
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
х/к	120	Булочка сдобная	22,00				
	610	Всего за день:	58,47	34,5	30,4	81,1	601,5
		7 ДЕНЬ					
п/ф 600400	200/5/30	Вареники с картофелем п/ф со сметаной и маслом сливочным	46,99	22,5	23,5	46,6	530
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
376 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	2,1	0,5	15,6	59
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	670	Всего за день:	65,45	28,9	25,1	94,5	749,7
		8 ДЕНЬ					
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	80	Икра кабачковая конс.	10,34	12,1	0,1	2,3	17,1
п/ф 600203	140	Котлеты Люля-кебаб куриный	88,70	12,8	14,9	24,5	367
171 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Макароны отварные	7,79	5,2	6,8	14,6	140
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Фрукты свежие (банан)	38,00	2,9	0,2	39,9	169
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Сок фруктовый (1 лит.)	10,00	3,6	2,7	28,3	152
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	875	Всего за день:	158,49	24,4	24,6	107,3	828,1
		9 ДЕНЬ					
п/ф 600405	200/5/30	Пельмени сочные со сметаной и маслом сливочным	64,57	23,2	32,1	55,4	423
15 сбор.2005г.под ред.Могильного	20	Сыр твердый "Российский"	11,55	3,5	4,4	0,0	54
338 сбор.2005г.под ред.Могильного	120	Фрукты свежие (яблоко)	11,76	0,5	0,5	11,8	54
376 сбор.2005г.под ред.Могильного	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	3,04	3,6	2,7	28,3	152
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	655	Всего за день:	94,57	34,6	40,2	116,1	789,5
		10 ДЕНЬ					
п/ф 600203	120	Котлеты Домашние	57,24	12,8	14,9	11,7	334
171 сбор.2005г.под ред.Могильного	180	Каша гречневая рассыпчатая	11,82	5,5	4,2	34,9	204
388 сбор.2005г.под ред.Могильного	200	Сок фруктовый (1 лит.)	10,00	0,3	0,0	17,1	68
х/к	2/30	Хлеб пшеничный	3,66	3,8	0,6	20,6	107
	640	Всего за день:	82,72	22,41	19,70	84,32	712,25
		Итого за 10 дней:	886,89	262,8	274,7	940,3	7196,7
		Итого средняя за день:	88,69	26,3	27,5	94,0	719,7
			88,66	-0,03			
			886,80	-0,29			

*При наличии средств, в рационе питания могут быть включены овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб, продукты обогащенные витаминами и микроэлементами.

Перспективное 10-дневное меню для школьных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 1997г., 2004г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста.
Нормы выхода:
фабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соевых, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выпаривание.

Инженер-технолог управления образования

А.В. Бурабаева