



**УТВЕРЖАЮ:**  
 Директор № 84 «Сбор 2005г. под ред. Мортального»  
 « 20 декабря 2024 г. № 1000/2024 »

**СОГЛАСОВАНО:**  
 Начальник управления образования администрации Минераловодского муниципального района Ставропольского края  
 Д.А. Бегунов  
 « 21 декабря 2024 г. № 1000/2024 »

Перспективное десятидневное меню горячего питания (обед) для учащихся общеобразовательных учреждений Минераловодского муниципального района на 2024-2025 учебный год (СБО)

**СОГЛАСОВАНО:**  
 Начальник межрайонного ТО Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ставропольскому краю №9  
 А.В. Крайско  
 « 21 декабря 2024 г. № 1000/2024 »  
 Управление Роспотребнадзора по Ставропольскому краю в городе Пятигорске  
 1-2 кв. 2025 г. Возраст 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход кг	Цена руб	Питание в-ваг					Энерг. Ценност к.ккал	Витамин. нр							Минеральн. вещества						
				Б	Ж	У	К	В1		С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe							
<b>Обед 1 День</b>																							
№ 82, сбор 2005г. под ред. Мортального	Борщ с капустой и картошкой со сметаной	250/5	10,90	1,82	4,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	2,40	44,38	53,23	26,25	1,19								
№ 279, сбор 2005г. под ред. Мортального	Горбуша из говядины с соусом сметанным с томатом	1000/50	58,86	18,18	20,88	22,98	352,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67								
№ 203, сбор 2005г. под ред. Мортального	Макаронны отварные с маслом	180/5	11,83	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. Терезянова	Компот из сухофруктов	200	4,80	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	Ягоды свежие сезонные	120	14,29	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	12,00	6,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64								
к/к	Хлеб ржаного-пшеничный	30	1,92	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17								
Итого обед:	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60								
		970	104,60	31,13	33,10	124,09	941,31	0,34	23,51	116,00	5,42	169,51	395,18	122,75	8,03								
<b>Обед 2 День</b>																							
№ 80, сбор 2012г. под ред. Мортального	Суп картофельный с крутой котлетой рубленой из птицы	250	7,83	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. Мортального	Котлеты рубленые из птицы	100	33,86	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86								
№ 71, сбор 2005г. под ред. Мортального	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76								
№ 388, сбор 2005г. под ред. Мортального	Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63								
к/к	Хлеб ржаного-пшеничный	30	1,92	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	2,00	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	62,11	34,48	27,85	137,61	1020,50	0,60	19,55	72,50	4,11	124,14	542,62	239,95	26,99								
<b>Обед 3 День</b>																							
№ 84, сбор 2005г. под ред. Мортального	Борщ с фасолью и картошкой со сметаной	250/5	12,37	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. Мортального	Котлеты рубленые	100	35,23	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76								

№877 сбор 2020г. под ред. Терехова	Хлеб картофельный	180/8	21,96	4,86	7,20	10,44	126,00	0,14	4,32	36,00	0,18	45,00	88,20	28,80	0,99
№895 сбор 2021г. под ред. Терехова	Комлот из сухих фруктов	200	4,80	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	1,92	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	2,00	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 общ:		800	78,28	28,15	31,86	81,18	774,95	0,43	11,96	58,50	5,66	189,75	497,21	130,08	5,92

Обед 4 День

№102 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с бобовыми	250	9,55	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. под ред. Мотильного	Птица тушеная в соусе	100/60	46,97	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. под ред. Мотильного	Рис припущенный	180	12,50	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	Комлот из свежих яблок	200	7,36	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 инд. упаковке	125	33,10	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,06	6,00	0,28	7,00	21,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	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 общ:		975	112,76	43,28	44,31	124,16	961,65	0,48	18,42	61,20	4,26	160,78	353,35	132,00	7,10

Обед 5 День

№86 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Расоольник ленинградский	250	10,05	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. Терехова	Котлета из говядины	100	50,75	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	1,40	50,00	136,80	21,00	2,07
№203 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Макаронная отварная с маслом	180/5	11,83	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№495 сбор 2021г. под ред. Терехова	Комлот из сухих фруктов	200	4,80	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	Макаронная свежая калиброванные	120	17,28	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	12,00	0,28	42,00	20,40	13,20	0,12
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	6,00	0,28	7,00	21,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	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 общ:		915	97,99	28,25	23,05	112,50	868,70	0,44	53,34	67,00	5,82	161,58	329,48	101,43	5,26

Итого общ:

Итого общ:

№82 сбор 2012г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	8,67	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. Мотильного	Котлета из говядины	100	62,35	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. под ред. Мотильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,92	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	1,68	5,76
№388 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	6,00	0,28	7,00	21,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	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 общ:		795	90,80	33,23	22,39	122,53	908,60	0,60	18,40	52,75	3,69	122,66	481,16	230,24	9,98

Обед 7 День

№82 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	10,90	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. Мотильного	Плов из птицы	100/200	53,85	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	Комлот из свежих яблок	200	7,36	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	Ванна свежее калиброванные 1 шт.	150	21,24	2,25	0,75	31,50	141,75	0,05	15,00	30,00	0,00	12,00	42,00	63,00	0,90
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	6,00	0,28	7,00	21,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	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 общ:		965	96,63	35,30	36,64	151,72	1069,90	0,25	25,47	94,80	3,38	135,91	428,47	175,59	7,12

Обед 8 День

№108, 109 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с картофелем	250	10,19	2,06	3,10	12,58	124,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№281, сбор 2012г. под ред. Мотильного	Котлеты рубленные, замешанные с молочным соусом	100	54,93	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. Мотильного	Макаронные отварные с маслом	180/5	11,83	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	4,80	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	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,09	0,00	0,28	7,80	31,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	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:		785	85,03	23,69	22,71	95,83	802,80	0,27	6,06	78,25	3,76	130,41	290,88	82,09	3,82
Обед 9 день															
№ 102, сбор 2005г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с бобовыми	250	9,55	5,49	5,27	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. Мотильного	Биточки рубленные из птицы	100	33,86	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,786
№321,6, 2005г. под ред. Мотильного	Каша из гречихи	180	17,65	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. Мотильного	Напиток из плодов шиповника	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,00	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:		780	69,92	30,26	28,10	105,83	991,30	0,45	47,01	48,50	7,93	217,64	372,38	114,10	23,36
Обед 10 День															
№ 88, сбор 2005г. под ред. Мотильного	Шн из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	9,70	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. Мотильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	61,07	14,30	7,80	7,20	204,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№305, сбор 2005г. под ред. Мотильного	Рис припущенный	180	12,50	3,64	4,30	26,67	209,00	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51
№457, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,85	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,001	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78
к/к	Хлеб пшеничный	31	2,06	2,45	0,31	14,97	72,83	0,05	0,00	0,00	0,40	7,13	26,97	10,23	0,62
Итого обед:		844	88,46	23,65	17,64	74,02	694,38	0,26	19,92	45,60	5,24	129,98	400,50	93,88	4,35
Итого за 1 день:		89,66	31,14	28,77	112,95	903,41	0,41	24,36	69,51	4,93	154,24	409,12	142,21	10,19	

\*При наличии сметы в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.д. продукты, необходимые витаминизации и минерализации).

Стоимость рационалов сданных обедов 88,66 рубль.

Перспективное 10-дневное 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 рационалов 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 укрепления здоровья

Кузнецова Ю.С.