



УТВЕРЖДАЮ

Директор

№ 2024/100

« 20 декабря 2024 г. »

СОГЛАСОВАНО:

Начальник управления образования

директор Стратегии Минераловодского

муниципального округа

Муниципального округа

Муниципального округа

Муниципального округа

Муниципального округа

Муниципального округа

Муниципального округа

СОГЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного ГОУ управления

Федеральной службы по надзору

в сфере защиты прав потребителей

и благополучия человека

по Ставропольскому краю №20

№ 2024/100

« 20 декабря 2024 г. »

Уполномоченный по правам человека

в Ставропольском крае

Город Пятигорск

ул. Мухоморова, д. 10

1-2 кв.

2025 г.

Возраст 12-17 лет

(СЛЮТНИКИ)

Сезон: зима-весна

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

Муниципального округа на 2024-2025 учебный год

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	1 неделя											
				Питательная ценность в-в-г	Энерг. ценность ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Обед 1 День															
№ 82, сбор 2005г. под ред. Мотылиной	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
№ 279, сбор 2005г. под ред. Мотылиной	Тертая из говядины с соусом сметанным с помидором	100/50	58,86	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. Мотылиной	Макаронные отварные с мясом	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	30	1,92	1,76	0,32	8,91	46,40	0,04	0,00	0,00	0,37	9,33	42,13	12,53	1,04
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:		850	90,31	30,43	32,58	111,22	882,23	0,29	11,51	110,00	5,57	149,14	376,71	110,38	5,26
Обед 2 День															
№ 80, сбор 2012г. под ред. Мотылиной	Суп картофельный с крупой	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. Мотылиной	Колбаса рубленая 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
№ 171, сбор 2005г. под ред. Мотылиной	Капша гречневая раскатанная 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. Мотылиной	Панчик из пшеницы пышный	200	5,58	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,000	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	1,76	0,32	8,91	46,40	0,04	0,00	0,00	0,37	9,33	42,13	12,53	1,04
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	34,26	27,81	136,50	1014,70	0,58	19,55	72,50	4,06	122,97	537,35	238,38	26,86
Обед 3 День															
№ 84, сбор 2005г. под ред. Мотылиной	Борщ с фасолью и картофелем 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. Мотылиной	Котлеты рыбные	100	35,23	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	26,38	0,76
№ 377, сбор 2020г. под ред. Перевалова	Пюре картофельное	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

№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 ржаной-пшеничный	30	1.92	1.76	0.32	8.91	46.40	0.04	0.00	0.00	0.37	9.33	42.13	12.53	1.04
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 объект:		803	78.28	27.93	31.82	80.07	769.15	0.42	11.96	58.50	5.61	188.58	491.94	128.51	5.79
Область 4. Ленин															
№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
к/к	Птица тушенная 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
№290 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
№305 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Компот 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
342 сб 2005 г	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1.92	1.76	0.32	8.91	46.40	0.04	0.00	0.00	0.37	9.33	42.13	12.53	1.04
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 объект:		850	80.30	39.82	39.99	103.39	828.25	0.39	5.92	61.00	3.85	113.11	348.88	100.13	6.56
Область 5. Ленин															
№596 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Рассолник 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
к/к	Котлета "Школьная"	100	50.75	15.30	11.00	13.30	263.00	0.14	0.00	30.00	1.40	50.00	136.00	21.00	2.07
№347 сбор 2005г. под ред. Перевалова	Мякнорная отпарная 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	0.47
№203 сбор 2005г. под ред. Мотильного	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
№495 сбор 2005г. под ред. Перевалова	Хлеб ржаной-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 объект:		785	80.71	27.29	22.81	103.50	826.70	0.37	7.74	55.00	5.54	119.58	309.08	88.23	5.14
Итого область															
№281 сбор 2005г. 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
к/к	Котлеты 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
№282 сбор 2012г. под ред. Мотильного	Капша тушеная с маслом	180/5	10.92	10.63	7.18	47.77	316.0	0.3	0	24	0.75	19.08	252.12	168	5.76
№171 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Панноч из яблок с лимонным	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
№388-сбор 2005г. под ред. Мотильного	Хлеб ржаной-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 объект:		785	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
Область 7. Ленин															
№82 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Борщи 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
к/к	Птица 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
№291 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Компот 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
342 сб 2005 г	Хлеб ржаной-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 объект:		805	75.39	33.05	35.89	120.22	928.15	0.20	10.47	64.80	3.38	123.91	386.47	112.59	6.22
Область 8. Ленин															
№108-109 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Суп картофельный с клецками	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
к/к	Котлеты рубленные, замоченные с молочными 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
№281 сбор 2012г. под ред. Мотильного	Макаронны отпарные 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	0.71
№203 сбор 2005г. под ред. Мотильного	Хлеб ржаной-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 объект:		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	0.71

№495 сбор 2021г. под ред. Персвцова	Композит 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 ржаной-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,86	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:		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 дней															
№ 102 сбор 2005г. под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	250	9,35	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. Могильного	Витонки 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
№321сб 2005г. под ред. Могильного	Капустя тушеная	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
№388сбор 2005г. под ред. Могильного	Напиток из яблосов шиповника	200	5,38	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	27	1,73	1,78	0,32	9,02	48,92	0,04	0,00	0,00	0,38	9,45	42,66	12,69	1,06
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:		787	70,37	30,72	28,18	108,17	1005,42	0,46	47,01	48,50	8,03	220,09	383,44	117,39	23,64
Обед 10 Дней															
№ 88 сбор 2005г. под ред. Могильного	Щи 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. Могильного	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. Могильного	Рис припущенный	180	12,50	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51
№457 сбор 2021г. под ред. Персвцова	Чай с сахаром	200/10	1,85	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,79	4,20	0,82
к/к	Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,28	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	0,00	0,38	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:		845	88,40	23,57	17,63	73,54	692,05	0,26	19,92	45,60	5,23	129,75	399,63	93,55	4,33
Итого обед за 2 недели (среднее)			82,89	28,85	25,36	704,06	807,30	0,36	20,37	57,98	4,87	145,36	388,32	122,17	5,60
Средняя за 1 день:			80,17	30,40	28,18	105,50	865,81	0,38	15,85	64,69	4,85	142,02	400,55	130,15	9,76

При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, доломитская хлеб и т.д. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).
Стоимость рациональных завтраков обедов 80,17 рублей.

Представлено 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 рациона питания горячих обедов — 80,17 руб.

Нормы выхода:
полупорционного 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.