



Территориальное управление  
Управления по Ст. № 4, г. Ставрополь  
по Ст. № 4, г. Ставрополь 2024 г. № 4  
В. Торгов. Администрация

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

СОГЛАСОВАНО:

Директор  
№ 1  
И. В. Давыдов

Начальник управления образования  
директор ГБОУ «Минераловодского  
муниципального округа  
Староградского края  
№ 1  
И. В. Давыдов

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

Пересчитанное десятизначное меню горючего питания (завтрак) для учащихся общеобразовательных учреждений

Минераловодского муниципального округа на 2024-2025 учебный год

Сезон зимы-весна

1-2 кв.  
2025 г.

Возраст 12-17 лет  
(эмоциональный)

№ рецептуры

Наименование блюда

Выход, г

Цена

Питательная ценность

Энергетическая ценность

Витаминизация

Минеральные вещества

Б

Ж

У

К

В1

С

А

Е

Са

Р

Мг

Fe

ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ

№210, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Омлет яично-рыбный	150/5	45,38	17,40	17,50	14,99	254,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07
№437, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,85	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
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	Калитроповичные	40	2,66	3,16	0,40	19,32	94,08	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:	Хлеб пшеничный	534	64,18	21,24	18,48	55,37	439,48	0,20	12,29	386,50	1,59	158,50	331,70	48,90	7,33

ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ

№229, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	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. Мотыльцова	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
№582, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Пюре картофельное	50	13,09	3,75	4,90	37,20	207,50	0,04	0,00	5,00	2,35	14,50	45,00	16,50	1,30
№459, сбор 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	3,25	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,65	0,48	13,56	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:		637	92,47	24,64	17,58	93,93	721,10	0,23	2,45	50,60	5,12	103,82	403,90	88,10	5,06

ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ

№181, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Каши жидкая молочная мятая с маком	200/5	14,82	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32
№14, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	9,70	0,08	7,26	66,10	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Сыр Российский	15	11,90	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15
№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	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
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	Калитроповичные	40	2,66	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
к/к	Хлеб пшеничный	600	55,22	10,57	16,56	61,96	529,13	0,14	12,11	105,00	1,72	175,90	161,30	38,95	4,75

ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ

№181, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Каши жидкая молочная мятая с маком	200/5	14,82	3,18	3,89	21,44	184,00	0,04	0,00	20,00	0,50	8,00	27,60	5,50	0,32
№14, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72,5%	10	9,70	0,08	7,26	66,10	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15, сбор 2005г. под ред. Мотыльцова	Сыр Российский	15	11,90	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15
№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	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
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	Калитроповичные	40	2,66	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
к/к	Хлеб пшеничный	600	55,22	10,57	16,56	61,96	529,13	0,14	12,11	105,00	1,72	175,90	161,30	38,95	4,75

№223 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Запеканка из творога со фруктами	150/10	73.21	25.56	19.56	49.50	396.50	0.08	0.36	111.00	0.57	220.95	315.45	33.30	1.04
№462 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Мороженое	200	11.12	3.30	2.90	13.80	94.00	0.03	0.70	19.00	0.01	111.30	91.10	22.30	0.65
№462 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Каша с молоком	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
№462 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Блины/бург в инд. упаковке	40	2.56	2.65	0.48	13.36	69.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
№462 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Хлеб ржаной-пшеничный	525	119.99	35.41	27.34	99.66	705.10	0.28	13.56	130.20	1.64	396.25	484.75	109.40	4.05
<b>Итого завтрак:</b>															
			<b>ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ</b>												
№294 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Биточки рубленые из драни	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	5.76
№171 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Каша гречневая расщипанная 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
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	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	7.70	4.20	0.82
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Макаронные свежие калитрообразные	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
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Хлеб пшеничный	40	2.66	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 завтрак:		655	66.57	31.59	23.26	115.68	798.50	0.51	46.90	84.50	2.85	117.71	461.88	216.46	25.36
<b>Всего завтрак: I неделя:(средняя)</b>			398.43	123.45	103.22	426.60	3193.31	1.35	87.31	756.80	12.92	952.18	1843.53	501.81	46.55
			<b>II неделя</b>												
			<b>ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ</b>												
№174 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Каша гречневая молочная из риса с маслом	200/5	17.71	4.09	4.07	32.09	237.00	0.03	0.00	20.00	0.25	5.70	67.00	21.80	0.45
№174 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж не менее 72.5%	10	9.70	0.08	7.26	0.14	66.10	0.00	0.00	40.00	0.10	2.40	3.00	0.00	0.92
№14 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Сыр Российский	15	11.90	3.47	4.43	0.00	93.75	0.00	0.11	39.00	0.60	132.00	75.00	5.25	0.15
№15 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Яблоки свежие сезонные калитрообразные	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
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	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	7.70	4.20	0.82
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Хлеб пшеничный	40	2.66	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 завтрак:		600	58.11	11.48	16.74	72.61	582.13	0.13	12.11	105.00	1.47	173.60	200.70	55.25	4.88
			<b>ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ</b>												
№231 сбор 2012г. под ред. Морталыного	Сырники из творога со-сгущенным молоком	150/10	70.39	22.95	18.99	34.80	348.00	0.09	0.39	87.00	3.30	233.40	340.50	38.40	1.11
№459 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	3.25	0.30	0.10	9.50	40.00	0.00	1.00	0.00	0.02	7.90	9.10	5.00	0.87
№459 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Блины свежие калитрообразные 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
№459 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2.56	2.65	0.48	13.36	69.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
Итого завтрак:		567	97.44	28.15	20.32	89.16	599.35	0.21	16.39	117.00	3.88	267.30	454.80	125.20	4.44
			<b>ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ</b>												
№291 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Плов из говядины	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
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	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	7.70	4.20	0.82
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Блины/бург 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
№457 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Хлеб пшеничный	40	2.66	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 завтрак:		675	91.46	34.64	35.34	108.93	850.75	0.24	12.58	65.00	1.33	124.68	324.80	115.04	5.20
			<b>ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ</b>												
№82 сбор 2012г. под ред. Морталыного	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
№203 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Макаронные отварные 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
№459 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	3.25	0.30	0.10	9.50	40.00	0.00	1.00	0.00	0.02	7.90	9.10	5.00	0.87
№459 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Макаронные свежие калитрообразные	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
№459 сбор 20021г. под ред. Перевалова	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2.56	2.65	0.48	13.36	69.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
Итого завтрак:		662	97.27	25.16	18.44	79.56	615.85	0.28	46.75	65.75	2.42	118.28	226.83	56.63	3.75
			<b>ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ</b>												
№294 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Котлеты рубленые из говядины	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	5.76
№171 сбор 2005г. под ред. Морталыного	Каша гречневая расщипанная с маслом	180/5	10.92	10.63	7.18	47.77	316.00	0.3	0	24	0.75	19.08	252.12	168	5.76

№457, сбор 2021г. под ред. Перельова	Чай с сахаром	200/10	1,85	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00	2,35	4,00	21,00	3,00	4,20	0,82
№581, сбор 2021г. под ред. Церьянова	Пряники	50	10,21	2,95	2,35	37,50	183,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,42	7,36	27,85	10,56	0,64		
	Хлеб пшеничный	32	2,13	2,53	0,32	15,46	75,22	0,05	0,00	0,00	0,00	0,42	7,36	27,85	10,56	0,64		
к/к		577	58,97	32,95	25,29	140,32	920,72	0,45	1,30	75,50	482	77,87	455,53	203,62	555,74	1662,66	555,74	43,65
Итого закупка:			403,25	132,38	116,13	490,58	3568,80	1,32	89,13	428,25	13,92	761,73	1662,66	555,74	1662,66	555,74	1662,66	1057,55
Всего закупка за 2 недели (средняя)			801,68	255,83	219,25	917,18	6762,11	2,67	176,44	856,50	27,84	1713,91	3506,19	1057,55	3506,19	1057,55	3506,19	90,19
Всего за 10 дней:			80,17	25,58	21,94	91,72	676,21	0,27	17,64	85,65	2,78	171,39	350,62	105,76	350,62	105,76	350,62	9,02

\* При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.д.)  
**продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами.**

Средств закупки: 0,2% из остатков, 0,7% из средств на питание, 0,7% на закупку мясных изделий

персепищение 10-дневное. Мено для муниципальных общеобразовательных учреждений составляло на основании действующего сборника рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005, 2008, 2011, 2012 г.) с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов питания горячие закуски — 80,17 руб.  
 Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах норма расхода сырья указана норма жидкости с учетом потерь на выпаривание

Кузнецова Ю. С.



Материалы отдела охраны и управления здоровья