

СОГЛАСОВАНО:

Управляющий Промотребнадзора
по Ставропольскому краю

«09» сентября 2024 год
(подпись)

СОГЛАСОВАНО:

МКОУ «Средняя общеобразовательная школа №7»
(административное учреждение)

Директор (А.А. Папков)

«09» сентября 2024 год
(подпись)

УТВЕРЖДАЮ:

Организатор питания

«Савва» (подпись)

«09» сентября 2024 год
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ОБЕДОВ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

ШТАКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

НА 2 ПОЛУГОДИЕ 2023-2024 УЧЕБНОГО ГОДА

Меню составлено на основании:

- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005 года издания;
- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 года издания;
- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2014 года издания

Главный технолог казенного учреждения «Центр по
техническому обслуживанию, капитальному ремонту
и безопасности образовательных учреждений»

Н.В. Котова

Н.В. Котова

№ рецептура	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)											Стоимость блюда (руб.)
			Белки	Жиры	Углеводы	К		Са	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C			
Первая неделя																			
1 ДЕНЬ (понедельник)																			
ОБЕД																			
82/2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1.93	5.92	11.64	114.06	363.08	47.03	24.65	52.72	1.11	250.01	0.02	0.04	0.69	19.99	7.31		
258/2014	Щипелье рыбный натуральный с маслом сливочным	90/5	14.54	8.53	10.54	173.71	390.59	54.71	48.58	209.13	0.90	24.01	0.10	0.11	1.06	7.07	44.30		
53/2007	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	150	3.39	5.17	27.63	170.97	962.76	16.95	38.99	98.31	1.53	0.00	0.00	0.00	2.20	33.90	9.59		
377/2005	Чай с лимонном	200	0.10	0.00	15.17	60.05	24.25	5.60	3.00	5.60	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00	2.80	3.05		
г/л	Хлеб пшеничный	40	2.31	5.4	14.94	78.6	38.1	7.8	10.5	24.9	0.48	0	0	0	0.462	0	2.96		
г/л	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.26	54.3	28.2	10.2	12.3	36	0.69	0	0	0	0	0	2.28		
70/2005	Овощи натуральные соление (огурцы)	60	0.48	0.06	1.5	8.4	84.6	13.8	8.4	25.2	0.36	6	0.018	0.024	0.12	6	9.90		
г/л	Вафли в индивидуальной упаковке	50	0.75	0.25	10.5	48	174	4	21	14	0.18	0	0	0.01	0	5	8.35		
Итого за обед																			
2 ДЕНЬ (вторник)																			
ОБЕД																			
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.81	2.91	20.71	121.53	475.90	15.10	24.05	63.50	0.80	200.00	0.00	0.00	1.08	16.50	5.39		
260/2005	Гуляши	90	16.46	15.16	2.55	208.28	275.92	15.18	19.17	142.81	2.02	0.00	0.00	0.00	3.34	2.25	46.99		
302/2005	Каша пшеничная раскатанная	150	8.69	5.78	38.77	237.56	118.20	16.90	58.90	137.00	4.07	0.00	0.00	0.00	0.90	0.00	6.95		
372/2014	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0.16	0.16	23.88	94.60	111.80	6.80	3.60	4.40	0.88	0.00	0.00	0.00	0.00	4.00	5.89		
г/л	Хлеб пшеничный	40	3.08	5.4	19.92	104.8	50.8	10.4	14	33.2	0.64	0	0	0	0.616	0	2.96		
г/л	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.26	54.3	28.2	10.2	12.3	36	0.69	0	0	0	0	0	2.28		
Итого за обед																			
3 ДЕНЬ (среда)																			
ОБЕД																			
102/2005	Суп картофельный с бобовыми	250	5.97	5.52	20.14	155.67	474.89	38.74	35.51	87.55	1.87	250.01	0.18	0.04	1.26	11.63	5.53		
619/2009	Тфтели с соусом красным основным	90/75	15.66	19.78	16.54	324.35	294.71	31.40	26.20	147.58	1.95	120.00	0.02	0.12	2.98	4.50	41.62		
309/2005	Макаронные изделия отварные	150	5.35	4.40	35.62	206.90	64.46	15.87	8.32	45.38	0.62	23.85	0.00	0.00	0.00	0.00	9.69		
г/л	Хлеб пшеничный	40	3.08	5.4	19.92	104.8	50.8	10.4	14	33.2	0.64	0	0	0	0.616	0	2.96		
г/л	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.26	54.3	28.2	10.2	12.3	36	0.69	0	0	0	0	0	2.28		
Итого за обед																			
Итого за неделю																			
33.18 29.76 116.09 821.07 1060.82 74.58 132.02 416.91 9.10 200.00 0.00 0.00 0.00 5.93 22.75 70.48																			

75/2005	Икра снетковидная	150	2.78	11.40	16.70	181.74	501.33	57.60	35.93	73.83	1.92	0.00	0.02	0.05	0.51	20.63	10.42
75/2005	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0.38	6.06	37.97	151.26	74.22	8.68	2.40	11.90	0.84	0.00	0.00	0.00	0.12	1.20	10.62
75/2005	Хлеб пшеничный	46	3.08	5.4	19.92	104.8	50.8	10.4	1.4	33.2	0.64	0	0	0	0.616	0	2.96
75/2005	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.26	54.3	28.2	10.2	12.3	36	0.60	0	0	0	0	0	2.28
75/2005	Фрукты (яблоки) или	200	0.8	0.8	19.6	94	556	32	18	22	4.4	10	0	0.04	0	20	19.0
75/2005	Специи натуральные соевые (оружин)	60	0.48	0.06	1.5	8.4	84.6	13.8	8.4	25.2	0.36	6	0.018	0.024	0.12	6	9.9
	Итого за объект		39.82	36.42	123.39	916.83	1345.33	195.44	137.98	405.48	11.41	234.01	0.08	0.24	6.87	64.60	114.44
	Всего за 10 дней		312.4	295.4	1114.2	8678.8	13822.5	1320.8	1331.7	3940.5	74.9	3921.8	1.2	1.7	73.9	478.7	767.2
	Среднее значение за 1 день		31.2	29.5	111.4	867.9	1382.3	132.1	133.2	394.1	7.5	392.2	0.12	0.17	7.4	47.9	76.72