



**СОГЛАСОВАНО:**  
И.о. заместителя управляющего образования  
муниципальной администрации  
Муниципального округа  
Ставропольского края  
И.П. Гурова  
« 6 » августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО:**  
Начальник межрайонного ТО Управления  
Федеральной службы по надзору  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека  
по Ставропольскому краю №9  
А.В.Красько  
« 7 » августа 2024 г.



**Перекрестное исследование меню горячего питания ( завтрак ) для учащихся общеобразовательных учреждений  
Муниципального муниципального округа на 2024-2025 учебный год**  
3-4 кв. Возраст 7-11 лет  
2024 г.

Сезон: осень-зима

№ рецептуры	Наименование блюда	Выходг	Цена,	Пищевые вещества						Энерг. Ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У	К	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
<b>ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ</b>																						
№210, сбор 2005г. под ред. Могильного	Омлет натуральный	150/5	48,19	17,40	17,50	14,99	254,20	0,10	0,29	380,50	1,07	125,00	276,00	20,70	3,07							
№306, сбор 2005г. под ред. Могильного	Горошек: зеленый консервированный	60	16,80	1,86	2,64	10,80	78,16	0,06	6,60	0,00	1,44	12,88	35,98	12,48	0,41							
№457, сбор 2021г. под ред. Перелюва	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82							
№338, сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблони свежие сезонные калибровочные	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66							
№/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	6,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80							
<b>Итого завтрак:</b>		<b>594</b>	<b>79,38</b>	<b>23,12</b>	<b>21,12</b>	<b>66,35</b>	<b>543,89</b>	<b>0,26</b>	<b>18,97</b>	<b>380,50</b>	<b>3,03</b>	<b>171,51</b>	<b>367,90</b>	<b>61,46</b>	<b>7,76</b>							
<b>ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ</b>																						
№229, сбор 2005г. под ред. Могильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	58,03	14,30	7,80	7,20	294,00	0,09	1,45	24,60	1,92	63,00	226,00	28,80	0,82							
№305, сбор 2005г. под ред. Могильного	Рис припущенный	180	10,72	3,64	4,30	26,67	200,00	0,02	0,00	21,00	0,27	2,42	60,60	19,00	0,51							
№459, сбор 2021г. под ред. Перелюва	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,65	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87							
№338, сбор 2005г. под ред. Могильного	Бананы свежие калибровочные 1 шт.	170	24,14	2,47	0,00	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80							
№/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56							
<b>Итого завтрак:</b>		<b>757</b>	<b>97,39</b>	<b>23,35</b>	<b>12,68</b>	<b>96,85</b>	<b>683,60</b>	<b>0,26</b>	<b>17,75</b>	<b>45,60</b>	<b>2,77</b>	<b>102,07</b>	<b>403,10</b>	<b>133,65</b>	<b>4,56</b>							
<b>ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ</b>																						
№181, сбор 2005г. под ред. Могильного	Каша ячневая, молочная, манная с маслом	200/5	13,28	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. Могильного	Масло сливочное крестьянское, м.д.ж. в упаковке 72,5%ж	10	7,53	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02							
№15, сбор 2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	15	11,68	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15							
№402, сбор 2021г. под ред. Перелюва	Какао с молоком	200	9,43	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65							
№338, сбор 2005г. под ред. Могильного	Яблони свежие сезонные калибровочные	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66							
№/к	Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	6,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80							
<b>Итого завтрак:</b>		<b>590</b>	<b>54,89</b>	<b>13,67</b>	<b>19,36</b>	<b>66,64</b>	<b>611,38</b>	<b>0,18</b>	<b>12,89</b>	<b>118,00</b>	<b>1,73</b>	<b>282,23</b>	<b>244,92</b>	<b>57,13</b>	<b>4,60</b>							



ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ																		
№	Сбор	Под ред.	Могильного	Завсказка из творога со ступенчатым молоком	15/0/10	71,21	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04
№459	сбор 2005г.	под ред.	Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/107	2,65	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
в/к				Блиноутра в под. умяк.	125	16,25	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
в/к				Хлеб ржано-пшеничный	40	1,85	2,64	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
<b>Итого завтрак:</b>					<b>542</b>	<b>91,96</b>	<b>32,40</b>	<b>24,54</b>	<b>95,36</b>	<b>651,10</b>	<b>0,25</b>	<b>13,86</b>	<b>111,20</b>	<b>1,65</b>	<b>292,85</b>	<b>402,75</b>	<b>92,10</b>	<b>4,27</b>
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ																		
№294	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Виточки рубленные из пшеницы	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Каша гречневая рассычатая с маслом	180/5	10,09	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 2005г.	под ред.	Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№341	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Апельсины свежие калиброванные, I шт.	160	21,44	1,26	0,28	31,30	132,00	0,06	84,00	0,00	0,28	48,20	32,20	18,20	0,48
в/к				Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>					<b>695</b>	<b>67,27</b>	<b>31,89</b>	<b>23,30</b>	<b>137,98</b>	<b>888,50</b>	<b>0,50</b>	<b>85,30</b>	<b>72,50</b>	<b>2,85</b>	<b>123,91</b>	<b>473,68</b>	<b>221,46</b>	<b>25,72</b>
<b>Всего завтрак: I неделя(средня)</b>					<b>390,89</b>	<b>124,41</b>	<b>101,00</b>	<b>463,18</b>	<b>3378,47</b>	<b>1,45</b>	<b>148,77</b>	<b>727,80</b>	<b>12,03</b>	<b>972,57</b>	<b>1892,35</b>	<b>565,80</b>	<b>46,91</b>	
II неделя																		
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ																		
№174	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	15,82	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№14	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Масло сливочное крестьянское м.л.ж не менее 72,5%	10	7,53	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Сыр Российский	20	15,55	4,63	5,91	0,00	125,00	0,00	0,15	52,00	0,80	176,00	100,00	7,00	0,20
№338	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
№457	сбор 2005г.	под ред.	Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
в/к				Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>					<b>605</b>	<b>53,29</b>	<b>12,64</b>	<b>18,22</b>	<b>72,79</b>	<b>639,63</b>	<b>0,14</b>	<b>12,23</b>	<b>112,00</b>	<b>1,67</b>	<b>217,73</b>	<b>225,92</b>	<b>57,08</b>	<b>4,95</b>
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ																		
№231	сбор 2012г.	под ред.	Могильного	Сырники из творога со ступенчатым молоком	150/10	70,68	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40	1,11
№462	сбор 2021г.	под ред.	Перевалова	Кавказ с молоком	200	9,43	3,30	2,99	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	23,30	0,65
в/к				Блиноутра в под. умяк.	125	16,25	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
в/к				Хлеб ржано-пшеничный	30	1,39	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
<b>Итого завтрак:</b>					<b>515</b>	<b>97,75</b>	<b>32,13</b>	<b>26,65</b>	<b>81,62</b>	<b>639,20</b>	<b>0,27</b>	<b>13,59</b>	<b>106,20</b>	<b>4,23</b>	<b>405,20</b>	<b>494,00</b>	<b>109,80</b>	<b>3,73</b>
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ																		
№291	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Шоколад из творога со ступенчатым молоком	100/200	51,32	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№459	сбор 2021г.	под ред.	Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/107	2,65	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
№338	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,48	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
в/к				Хлеб пшеничный	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
<b>Итого завтрак:</b>					<b>677</b>	<b>66,94</b>	<b>31,32</b>	<b>31,42</b>	<b>98,07</b>	<b>787,28</b>	<b>0,18</b>	<b>13,16</b>	<b>64,80</b>	<b>0,85</b>	<b>96,81</b>	<b>324,62</b>	<b>91,72</b>	<b>7,11</b>
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ																		
№282	сбор 2012г.	под ред.	Могильного	Котлеты из говядины	100	58,21	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.	Могильного	Макарона отварные с маслом	180/5	8,60	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№465	сбор 2021г.	под ред.	Перевалова	Ковбейный паштет с молоком	200	9,10	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,00	12,60	0,12
№338	сбор 2005г.	под ред.	Могильного	Яблоки свежие калиброванные, I шт.	170	24,14	2,47	0,90	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80
в/к				Хлеб ржано-пшеничный	30	1,39	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
<b>Итого завтрак:</b>					<b>570</b>	<b>101,44</b>	<b>28,50</b>	<b>20,48</b>	<b>111,44</b>	<b>774,45</b>	<b>0,29</b>	<b>16,15</b>	<b>72,75</b>	<b>1,98</b>	<b>185,93</b>	<b>301,33</b>	<b>108,38</b>	<b>3,29</b>
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ																		

№294, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Коды в рублевые значения	100	32,39	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,80	17,86
№171, сбор. 2002г. под ред. Могильного	Коды в рублевые значения	180/5	10,69	10,63	7,18	47,77	316,01	0,3	0,13	2,4	0,75	19,08	252,12	168,00
№457, сбор. 2021г. под ред. Перелюва	Коды в рублевые значения с маслом	200/10	1,42	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20
№338, сбор. 2005 под ред. Могильного	Коды в рублевые значения	120	11,04	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88
к/к	Коды в рублевые значения	40	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,29	34,80	13,20
<b>Итого завтрак:</b>		655	56,87	31,11	23,50	118,62	836,03	0,48	13,38	72,50	2,57	95,04	454,90	214,14
Всего завтраки: 2 недели (средняя)			376,29	135,70	120,27	482,54	3676,59	1,37	68,51	428,25	11,30	1000,71	1800,77	581,12
Всего за 10 дней:			767,18	260,11	221,27	945,72	7055,06	2,82	217,28	1156,05	23,33	1973,28	3693,12	1146,92
Средняя за 10 дней:			76,72	26,01	22,13	94,57	705,51	0,28	21,73	115,61	2,33	197,33	369,31	114,69

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

Стоимость рациона питания 76,72 рубля (с учетом 0%, НДС) на питание на выходные (тысячи)

перспективе 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников рецептов блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2004г., 2011г., 2012 г.), с учетом фактических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания ограничена завтраком — 76,72 руб.

Нормы выхода

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, соусов, сладких блюд, напитков указаны нормы жидкости с учетом потерь на выпаривание

главный специалист  
охраны и укрепления  
здоровья

Кузнецова Ю.С.