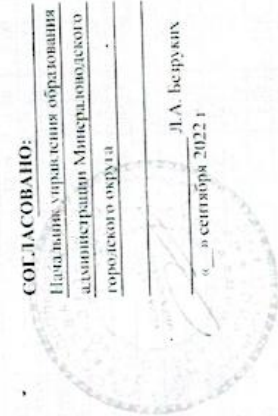


Обед 5-11 кл 4 кв. 2022 г



СОГЛАСОВАНО:
 Начальник управления образования администрации Минераловодского городского округа

 от 06 сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор _____
 от 06 сентября 2022 г.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник Ю. Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и территории благополучия человека
 Управление Ставропольского края по Ставропольскому краю в городе Пятигорске
 от 06 сентября 2022 г.

Перенесенное десятидневное меню горячего питания (обеды) для учащихся общеобразовательных учреждений Минераловодского городского округа на 2022-2023 учебный год

4 кв. 2022 г. Возраст 11-17 лет

Семь Обедов

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, руб	Питательная ценность							Витамины, мг							Минеральные вещества, мг						
			Б			Ж			У			В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe				
			г	г	г	г	г	г	г	г	г									г	г	г	г
Обед 1 День																							
№ 82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250,5	8,77	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. Могильного	Горбуша из говядины с соусом сметанным с помидором	100,50	40,91	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	10,17	1,67								
№ 203, сбор 2005г. под ред. Могильного	Макаронные изделия с мясом	180,5	5,29	5,70	6,07	32,00	205,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071								
№ 70, сб 2005 г. под ред. Могильного	Овощи паровые со сметаной (пшеница)	100	15,29	0,80	0,20	3,20	18,00	0,060	5,27	0,0	0,20	38,33	70,00	23,33	1,20								
№ 436, сбор 2005г. под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	4,05	0,28	0,06	27,88	113,15	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42								
№ 436, сбор 2005г. под ред. Могильного	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,97	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78								
№ 436, сбор 2005г. под ред. Могильного	Хлеб пшеничный	30	1,46	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:		76,74	30,47	37,66	119,97	897,78	0,35	22,18	110,06	5,14	175,24	432,46	121,22	5,93									
Обед 2 День																							
№ 80, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с вермишелью	250	6,17	2,18	4,39	14,29	91,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97								
№ 294, сбор 2012г. под ред. Могильного	Борщ рубленый в сметане	100,5	32,78	16,61	15,34	30,29	165,63	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,38								
№ 137, сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	180,5	14,18	2,15	11,10	13,40	162,00	0,07	9,92	24,00	3,47	31,44	63,24	27,84	0,95								
№ 342, сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих фруктов	200	5,92	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,34	4,40	0,87								
№ 436, сб 2005 г. под ред. Могильного	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,97	1,32	0,24	6,68	34,80	0,03	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78								
№ 436, сб 2005 г. под ред. Могильного	Хлеб пшеничный	30	1,46	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:		61,48	24,82	31,37	108,15	641,03	0,34	19,57	72,50	6,69	116,92	342,74	96,05	5,55									
Обед 3 День																							
№ 84, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5	9,38	3,54	5,10	14,53	118,25	0,09	6,29	0,00	2,44	50,25	97,93	34,50	1,71								
№ 337, сб 2005 г.	Крем-рабочее с яблоком	100,5	23,32	17,20	13,40	9,80	156,00	0,20	0,00	6,00	0,12	78,00	242,00	38,00	0,93								

Смирнов

№310, сбор. 2005 г. под ред. Могильного	180/5	12,95	4,50	5,00	28,90	175,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,14	100,20	36,84	1,63
№70, сб 2005 г. под ред. Могильного	100	15,29	0,80	0,20	3,20	18,00	0,060	5,27	0,0	0,20	38,33	70,00	23,33	1,20
№889сбор. 2005г. под ред. Могильного	200	6,83	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	20	0,97	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	30	1,46	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:		70,20	30,41	24,52	98,35	716,55	1,33	47,94	30,00	3,68	221,25	571,27	155,41	7,48
Обед 4. День														
№102, сбор. 2005г. под ред. Могильного	250	6,49	5,49	5,27	16,32	134,75	0,25	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№290, сбор. 2005г. под ред. Могильного	100/60	42,33	26,40	29,80	8,00	406,00	0,05	0,01	40,00	0,40	51,13	124,63	19,00	1,51
№171, сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	12,91	10,63	7,18	47,77	336,00	0,30	0,00	24,0	0,75	19,08	252,12	168,00	5,760
342 сб 2005 г	200	5,92	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	20	0,97	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	30	1,46	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:		70,08	46,37	42,79	122,26	1098,65	0,66	5,92	64,00	4,24	127,44	529,87	246,00	11,55
Обед 5. День														
№96, сбор. 2005г. под ред. Могильного	250	8,26	2,00	5,10	16,93	121,75	0,10	7,54	0,00	2,36	24,95	63,30	26,40	0,93
№260, сбор. 2005г. под ред. Могильного	100/100	87,75	25,79	20,38	4,95	312,50	0,06	1,39	25,00	0,83	46,50	204,63	43,50	1,98
№203, сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	5,29	5,70	6,07	32,00	205,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№140, сбор. 2005г. под ред. Могильного	60	4,62	1,42	4,25	6,41	69,60	0,025	0,81	28,8	0,18	31,44	35,16	12,06	0,85
№436, сбор. 2005г. под ред. Могильного	200	1,05	0,28	0,06	27,88	113,15	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
к/к	125	26,00	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	20	0,97	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	30	1,46	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:		138,40	42,78	40,80	132,34	1072,80	0,43	27,84	79,06	5,31	187,62	424,15	148,43	6,43
Всего обед 1 недели (средняя)		83,38	34,97	34,43	116,21	885,36	0,62	24,69	71,12	5,01	165,69	460,10	153,42	7,39
Обед 6. День														
№82, сбор. 2012г. под ред. Могильного	250	6,44	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. Могильного	100	41,77	15,55	11,55	15,70	228,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№171, сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	12,91	10,63	7,18	47,77	336,00	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№70, сб 2005 г. под ред. Могильного	100	15,29	0,80	0,20	3,20	18,00	0,060	5,27	0,0	0,20	38,33	70,00	23,33	1,20
358 сб 2005 г. под ред. Могильного	200	5,60	0,57	0,06	30,20	123,60	0,01	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,37
к/к	20	0,97	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	30	1,46	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:		84,44	33,92	22,37	135,18	916,40	0,66	14,77	52,75	4,07	155,36	564,04	253,49	10,92
Обед 7. День														
№82, сбор. 2005г. под ред. Могильного	250/5	8,77	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. Могильного	100/200	48,40	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№306, сбор. 2005г. под ред. Могильного	50	9,65	1,55	2,20	9,00	41,80	0,050	5,50	0,0	1,20	10,73	29,98	10,40	0,34
342 сб 2005 г	200	5,92	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
к/к	20	0,97	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	30	1,46	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:		75,17	34,60	38,09	129,22	939,95	0,26	15,97	64,80	4,58	134,64	416,45	122,99	6,56

Обед 5-11 кл. 4 кв. 2022 г

Обед 8. День														
	250	7,01	2,06	3,10	12,58	86,50	0,08	5,75	4,50	1,34	22,78	47,35	18,13	0,68
№108,109 сбор. 2005г. под ред. Могильного	100/100	101,19	33,40	22,80	4,20	356,00	0,13	5,20	20,00	0,71	42,30	201,00	48,70	2,09
№264 сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	5,29	5,70	6,07	32,00	205,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№203 сбор. 2005г. под ред. Могильного	100	15,29	0,80	3,20	18,00	118,00	0,060	5,27	0,0	0,20	38,33	70,00	23,33	1,20
№70, сб 2005 г. под ред. Могильного	200	4,05	0,28	0,06	27,88	113,15	0,02	5,60	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42
№436, сбор 2005г. под ред. Могильного	20	0,97	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	30	1,46	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:		135,26	45,93	32,77	101,03	884,45	0,41	21,82	49,56	3,69	138,14	424,41	121,63	5,84
Обед 9. день.														
№ 104, сбор. 2005г. под ред. Могильного	250/35	29,35	5,49	5,27	16,32	134,75	0,23	5,81	0,00	2,42	38,08	87,18	35,30	2,03
№294, сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/5	32,78	16,64	15,34	30,29	165,63	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	1,786
№321 сб 2005 г. под ред. Могильного	180	16,89	3,76	6,67	17,30	144,00	0,06	29,90	0,00	3,54	102,00	77,20	38,20	1,46
352 сб 2005 г.	200	5,33	0,12	0,00	30,10	121,00	0,02	4,80	0,04	0,36	8,60	11,80	4,00	0,90
к/к	20	0,97	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	30	1,46	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:		86,78	29,70	27,82	115,18	670,68	0,46	41,81	48,54	8,29	204,91	380,74	114,66	23,63
Обед 10. День.														
№ 88, сбор. 2005г. под ред. Могильного	250/5	8,49	1,74	4,89	9,20	84,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80
№294, сбор. 2005г. под ред. Могильного	180/50	38,21	14,30	7,80	7,20	156,00	0,09	1,45	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82
№151 сбор. 2012г. под ред. Могильного	180	15,74	4,31	7,32	23,23	176,40	0,13	5,15	45,60	0,36	59,80	99,10	31,20	0,98
№389, сбор. 2005г. под ред. Могильного	200	6,83	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	20	0,97	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	30	1,46	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:		71,70	24,72	20,83	81,55	666,25	0,37	35,07	70,20	5,32	203,36	433,87	104,99	4,61
Всего обед 2 недели (средних)		90,67	33,77	28,38	112,43	815,55	0,43	25,89	57,17	5,19	167,28	443,90	143,55	10,31
Всего средняя за 10 дней:		87,03	34,37	31,40	114,32	850,45	0,53	25,29	64,15	5,10	166,49	452,00	148,49	8,85
Средняя за 1 день:		87,0	34,37	31,40	114,32	850,45	0,53	25,29	64,15	5,10	166,49	452,00	148,49	8,85

* При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, соль, растительное масло и т.п. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).
Стоимость рациона горных обитателей 87,0 руб/сут.

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептов блюд для предприятий общественного питания. (2005г., 1997г., 2004г., 2011 г., 2012 г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рациона питания горных обитателей — 87,0 руб.

Норму 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 выкипание.

Начальник отдела охраны и управления
 питания

Кузнецова Ю.С.