



СОГЛАСОВАНО:
И.о.директора управления образования
Администрации Минераловского
муниципального округа
Сударовского края
И.П. Луцкий
« 20 » августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:
Начальник межрайонного ЮО Управления
Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
по Староиндустскому краю №9
А.В.Красно
« 20 » августа 2024 г.
Управление Роспотребнадзора
по Староиндустскому краю
И.О. Староиндустский район
в городе Итатском
ул. Удмуртская, д. 26А
Итатск, Бурятия, 671000
3-й этаж
Возраст 7-11 лет
2024 г.

Сезон: осень-зима

Перспективное десятидневное меню торгового питания (загрузка) для учащихся общеобразовательной школы
Муниципального округа на 2024-2025 учебный год

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход кг	Цена	Питательная ценность							Энерг. ценность ккал	Витамины, мг											
				Б	Ж	У	К	В1	С	А		Е	Сн	Р	Мг	Fe							
ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ														1 неделя									
№210, сбор, 2005г. под ред. Монгилова	Омлет картофельный	159/5	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. Монгилова	Творожок свежий концентрированный	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. 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								
№338, сбор, 2005 под ред Монгилова	Яйбонн свежее сезонное	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/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								
Итого завтрак:		594	79,38	23,10	21,12	66,55	543,89	0,26	18,97	380,50	3,03	171,51	367,90	61,46	7,76								
ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ														2 неделя									
№229, сбор, 2005г. под ред. Монгилова	Рыбка тушеная в томате с овощами	100/50	58,03	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. Монгилова	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. Перевалова	Чай с сахаром с лимонкой	200/0,7	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, 2005 под ред Монгилова	Яйбонн свежее концентрированное 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/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								
Итого завтрак:		757	97,39	23,35	12,68	96,85	683,60	0,26	17,75	45,60	2,77	102,07	403,10	133,65	4,56								
ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ														3 неделя									
№181, сбор, 2005г. под ред. Монгилова	Каша жидкая молочная манная с медом	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. Монгилова	Масло сливочное крестьянское м.д.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. Монгилова	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								
№462, сбор, 2021г. под ред. Перевалова	Каша с медом	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, 2005 под ред Монгилова	Яйбонн свежее сезонное концентрированное	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/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								
Итого завтрак:		590	54,89	13,67	19,36	66,64	611,38	0,18	12,89	118,00	1,73	282,23	244,92	57,13	4,60								

ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ

№223, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Запеканка из творога со сливочным маслом	150/10	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 2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимонком	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
№/к	Блины/хлеб в под. хлеб.	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
№/к	Хлеб ржанно-пшеничный	40	1.85	2.64	0.48	13.36	69.00	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
Итого завтрак:		542	91.96	32.40	24.54	95.36	651.10	0.25	13.86	111.20	1.65	292.85	402.75	92.10	4.27

ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ

№294, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Биточки румяные из теста	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. Мотыльнова	Каша гречневая расчищенная 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 2021г. 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 2005 под ред Мотыльнова	Апельсиновый сок с сахаром	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
№/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
Итого завтрак:		695	67.27	31.89	23.30	137.98	888.50	0.50	85.30	72.50	2.85	123.91	473.68	221.46	25.72
Итого завтрак: (всего)		390,89	124,41	101,00	463,18	3378,47	1,45	148,77	727,80	12,03	972,57	1892,35	565,80	46,91	

ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ

№174, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	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
№4, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Масло сливочное крестьянское м.д.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. Мотыльнова	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 2005 под ред Мотыльнова	Яйlocks свежие сезонные кальброванные	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 2021г. 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
№/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
Итого завтрак:		605	53.29	12.64	18.22	72.79	639.63	0.14	12.23	112.00	1.67	217.73	225.92	57.08	4.95

ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ

№231, сбор 2012г. под ред. Мотыльнова	Сырники из творога со сливками молочком	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	Какао с молочком	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
№/к	Виноград в под. ушак	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
№/к	Хлеб ржанно-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
Итого завтрак:		515	97.75	32.13	26.65	81.62	639.20	0.27	13.59	106.20	4.23	405.20	494.00	109.80	3.73

ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ

№291, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Плов из птицы	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 лимонком	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 2005 под ред Мотыльнова	Яйlocks свежие сезонные кальброванные	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	0.00	0.00	0.52	9.20	34.80	13.20	0.80
Итого завтрак:		677	66.94	31.32	31.42	98.07	787.28	0.18	13.16	64.80	0.85	96.81	324.62	91.72	7.11

ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ

№282, сбор 2012г. под ред. Мотыльнова	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
№273, сбор 2005г. под ред. Мотыльнова	Макаронная отварная 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	Кофейный напиток с молочком	200	9.10	2.80	2.80	13.60	88.00	0.03	0.70	19.00	0.00	108.30	75.60	12.60	0.12
№338, сбор 2005 под ред Мотыльнова	Бананы свежие кальброванные 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 ржанно-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
Итого завтрак:		570	101.44	28.50	20.48	111.44	774.45	0.29	16.15	72.75	1.98	185.93	301.33	108.38	3.29

ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ

