

Автономная некоммерческая организация «Стандарты социального питания»

МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 7-11 ЛЕТ

с 01.09.2021г. (сезон осень)

2021 г.

№ п/п	Наименование товара	Единица измерения	Количество	Цена за единицу	Сумма	Минеральные вещества, мг										Итого				
						В1	В2	С	А	D	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Калий		Йод (мг)	Фтор	Селен	
	Печенье "Ромашка" 1000г. (печенье сахарное)		1,60	4,20	17,13	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	6,00	6,00	0,90	0,00	7,80	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		510,00	20,36	71,62	0,22	0,56	15,30	0,43	0,24	258,29	227,47	55,06	0,28	216,46	0,44	0,08	1170,83		
	День 7 (вторник)																			
71	Огурцы свежие 60		0,80	0,10	1,60	0,02	0,02	5,00	0,03	0,00	23,00	24,00	14,00	0,01	41,00	0,02	0,00	200,00		
463	Тыфтели из говядины с томатным соусом 100/50		16,19	14,31	12,50	0,08	0,16	6,68	0,44	0,01	34,77	34,99	14,80	0,00	12,65	0,07	0,00	267,00		
476	Картофель запеченный 150 с сентября		3,03	4,93	24,49	0,18	0,11	30,00	0,08	0,00	20,23	88,94	24,80	0,01	52,92	0,08	0,00	544,16		
639	Компот из смеси сухофруктов 200		0,66	0,09	32,01	0,01	0,03	0,00	0,00	0,00	32,50	23,44	17,46	0,01	16,45	0,01	0,00	40,00		
	Хлеб пшеничный 35		2,66	0,28	18,66	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	22,75	4,90	0,23	32,55	0,01	0,05	420,00		
	Хлеб ржаной йодированный 20		1,36	0,26	10,21	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	9,40	31,40	9,80	0,01	23,60	0,02	0,03	320,00		
	Итого		615,00	24,70	99,47	0,36	0,34	41,68	0,55	0,01	126,90	225,52	85,76	0,27	179,17	0,20	0,08	1791,16		
	День 8 (среда)																			
175	Каша молочная жидкая из риса и пшена 200/5		3,63	9,85	40,54	0,07	0,07	1,25	0,10	0,40	226,88	52,19	25,78	0,01	84,19	0,08	0,00	333,00		
693	Какао с молоком 200		3,77	3,80	25,07	0,04	0,16	1,30	0,03	0,20	125,52	16,20	21,00	0,01	47,20	0,07	0,00	500,00		
96	Масло сливочное (порциями) 10		0,04	6,60	0,06	0,00	0,01	0,00	0,08	0,01	0,96	1,52	0,03	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00		
	Хлеб пшеничный 35		2,66	0,28	18,66	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	22,75	4,90	0,23	32,55	0,01	0,05	420,00		
	Хлеб ржаной йодированный 20		1,36	0,26	10,21	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	9,40	31,40	9,80	0,01	23,60	0,02	0,03	320,00		
338	Фрукты свежие (яблоки) 150		0,56	0,56	13,65	0,04	0,03	22,98	0,04	0,00	22,29	15,32	12,54	0,03	0,00	0,03	0,00	208,93		
	Итого		620,00	21,35	108,19	0,22	0,29	25,53	0,25	0,61	392,05	139,38	74,05	0,28	188,74	0,20	0,08	1781,93		
	День 9 (четверг)																			
366	Зелевка из творога со сгущенным молоком 130/30		20,09	24,58	29,91	0,10	0,05	0,80	0,00	0,00	239,61	19,20	17,83	0,01	22,27	0,03	0,00	912,68		
378	Чай с сахаром и молоком 200		1,60	1,65	17,36	0,02	0,09	0,75	0,00	0,20	65,25	53,24	11,40	0,01	98,25	0,04	0,00	250,00		
	Хлеб пшеничный 35		2,66	0,28	18,66	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	22,75	4,90	0,23	32,55	0,01	0,05	420,00		
	Хлеб ржаной йодированный 20		1,36	0,26	10,21	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	9,40	31,40	9,80	0,01	23,60	0,02	0,03	320,00		
338	Фрукты свежие (бананы) 150		1,41	0,47	19,69	0,04	0,05	9,38	0,00	0,00	7,50	26,25	19,38	0,01	26,25	0,04	0,00	187,50		
	Итого		565,00	27,12	95,83	0,23	0,21	10,93	0,00	0,25	328,76	152,84	63,31	0,26	202,92	0,13	0,08	2090,18		
	День 10 (пятница)																			
71	Огурцы свежие 60		0,80	0,10	1,60	0,02	0,02	5,00	0,03	0,00	23,00	24,00	14,00	0,01	41,00	0,02	0,00	200,00		
437	Гуляш из говядины 50/50 с сентября		14,55	14,79	2,89	0,03	0,13	0,92	0,00	1,50	77,81	54,20	12,03	0,03	49,25	0,10	0,00	305,00		
520	Пюре картофельное 150 с сентября		3,06	4,80	20,40	0,14	0,13	3,16	0,40	0,00	36,97	86,60	17,75	0,01	62,47	0,08	0,00	577,71		
11К7	Чай с сахаром 200		0,10	0,03	9,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	2,66	4,12	2,20	0,00	12,67	0,00	0,00	0,00		
	Хлеб пшеничный 35		2,66	0,28	18,66	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	22,75	4,90	0,23	32,55	0,01	0,05	420,00		
	Хлеб ржаной йодированный 20		1,36	0,26	10,21	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	10,00	31,40	9,80	0,01	23,60	0,02	0,03	320,00		
	Итого		565,00	22,53	62,76	0,26	0,31	9,08	0,43	1,50	157,44	223,07	60,68	0,29	221,54	0,22	0,08	1722,71		
	Итого																			

СОГЛАСОВАНО
 МОБУ СОШ № 79 г. Сочи
 И.И. Анисимова



И.И. Урусова
 Директор
 МОБУ СОШ № 79 г. Сочи
 И.И. Анисимова

Таблица

Выполнения норм питания детей в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

завтрак 7-10 лет 2021-2022 учебный год (сентябрь)

Наименование продуктов	1	2	3	4
	Нормы на одного ребёнка в день (граммов) 20-25%		Фактическое выполнение (граммов)	Выполнение норм питания после замены продуктов по таблице взаимозаменяемости
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		16,0-20,0	20,00	20,00
Хлеб пшеничный		30,0-37,5	37,42	37,42
Мука пшеничная		3,0-3,75	1,34	1,34
Крупы, бобовые		9,0-11,25	9,56	9,56
Макаронные изделия		3,0-3,75	5,09	5,09
Картофель		37,4-46,75	47,35	47,35
Овощи свежие, зелень		56,0-70,0	69,72	69,72
Фрукты (плоды) свежие		37,0-46,25	46,00	46,00
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник		3,0-3,75	3,00	3,00
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные		40,0-50,0	40,00	40,00
Мясо жилованное (мясо на кости) I кат.		14,0-17,5	21,27	18,95
Цыпленок I кат. потрошенные (куры I кат. п/п)		7,0-8,75	8,90	8,9
Субпродукты		6,0-7,5	7,50	7,5
Рыба-филе		11,6-14,5	11,88	14,5
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)		60,0-75,0	73,30	73,3

Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	30-37,5	-	-
Творог (массовая доля жира не более 9%)	10,0-12,5	12,08	12,08
Сыр	2,0-2,5	2,05	2,05
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	2,0-2,5	2,12	2,12
Масло сливочное	6,0-7,5	6,87	6,87
Масло растительное	3,0-3,75	3,83	3,83
Дейцо, гр	8,0-10,0	10,08	10,08
Сахар	6,0-7,5	7,49	7,49
Кондитерские изделия	2,0-2,5	2,50	2,50
Чай	0,2-0,25	0,20	0,20
Какао	0,2-0,25	0,25	0,25
Кофейный напиток	0,4-0,5	0,50	0,50
Дрожжи хлебопекарные	0,013-0,017	-	-
Крахмал	0,6-0,75	0,60	0,60
Соль пищевая поваренная	0,6-0,75	0,70	0,70
Специи	0,4-0,5	0,4	0,4

В период окончания сезона свежих овощей будет производиться замена сезонных овощей на тушеные, запеченные, отварные, припущенные, консервированные с соблюдением натуральных норм по овощам в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

ИСПОЛЪЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов и блюд кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах./ Министерство экономического развития и торговли РФ. М.: Изд-во «Хлебпродлинформ», 2004.- 639с. Под ред. В.Т.Лапшиной.
2. И.М.Скурихин, В.А.Тутельян, Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания/ М.: Изд-во «Делта принт» 2008.- 275с

3. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.
Под ред. М. П. Могильского и В. А. Тугельяна. - М.: Делта плюс, 2015-544с.

Директор АНО «ССП»



Д.В. Уральский