

И.П. Зиновьев Б.А.



Зиновьев Б.А.

Согласовано:

Дата

Печать



Руководителю образовательного учреждения МБОУ школа №1,6,7 8,9,10,Саваслейка, Шилокша,Ломовка,Теплово, Гремячево №1, Гремячево№2, Лицей №3, Велетьма

Согласовано:

Дата

Печать



ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

На 2023 учебный год

Индивидуальный предприниматель Зиновьев Богдан Алексеевич

Для организации питания детей завтраками

(возрастная группа 12 лет и старше)

Индивидуальный предприниматель Зиновьев Богдан Алексеевич (далее – ИП Зиновьев Богдан Алексеевич), действующий на основании ОГРНИП 315132700001763 от 22.06.2015, именуемый в дальнейшем «Заказчик» с одной стороны и Муниципальное унитарное предприятие городского округа город Кулебаки «Центр организации питания» (далее – МУП «ЦОП»), в лице директора Мазур Ларисы Геннадьевны, действующей на основании Устава, именуемое в дальнейшем «Исполнитель» с другой стороны, заключили настоящий договор о нижеследующем:

- По договору Исполнитель обязуется оказывать Заказчику услуги общественного питания в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях городского округа города Кулебаки и Кулебакского района.

- Под оказанием услуг общественного питания в договоре понимается составление меню на каждые две недели; приготовление блюд для учащихся с 1 по 11 классы (для учащихся в первую смену приготовление завтраков; для учащихся во вторую смену приготовление обедов) в столовых МБОУ; обеспечение необходимого количества блюд и организация соответствующего обслуживания.

- Продукты питания доставляются на базу МУП «Центр организации питания» транспортными средствами поставщика.

В школьные учреждения продукты питания доставляются транспортным средством МУП «Центра организации питания».

Аналитическая таблица

Наименование продуктового набора, г.	Рекоменд. норма в нетто г,мл, на 1 ребенка, 25 % от суточной нормы	Фактически
Хлеб ржаной	30,0	30,5
Хлеб пшеничный	50,0	50,0
Мука пшеничная	5,0	5,0
Крупы, бобовые	12,5	13,0
Макаронные изделия	5,0	6,5
Картофель	46,75	47,0
Овощи(свежие, мороженные, Консервированные),соленые и квашеные, в т.ч. томат пюре, зелень.	80,0	80,0
Фрукты свежие	46,25	48,0
Сухофрукты	5,0	5,0
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	50,0	50,0
Мясо 1 –й категории	19,5	19,7
Субпродукты(печень,язык,сердце)	10,0	10,0
Птица(цыплята-бройлеры потрошенные-1 кат)	13,25	13,3
Рыба(филе),в т.ч. слабо-или малосоленые	19,25	19,3
Молоко	87,5	87,6
Кисломолочная пищевая продукция	45,0	44,0
Творог(5%-9% м.д.ж.)	15,0	16,0
Сыр	3,75	3,8
Сметана	2,5	2,5
Масло сливочное	8,75	8,75
Масло растительное	4,5	4,5
Яйцо,шт.	1 шт	1 шт
Сахар	8,75	8,8
Кондитерские изделия	3,75	4
Чай	0,5	0,5
Какао-порошок	0,3	0,35
Дрожжи хлебопекарные	0,075	0,075
Кофейный напиток	0,5	0,5
Крахмал	1,0	1,0
Соль пищевая поваренная йодированная	1,25	1,25
Специи	0,5	0,5
Белки	22,5	25,1
Жиры	23,0	25,9
Углеводы	95,75	96,1
Энерг. ценность	680,0	680,44

Меню составлено на основании:

- сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий. Издательство г. Пермь 2008г.,
- Организация детского питания в дошкольных учреждениях. Издательство Москва 2006г.,
- Сборник технологических карт, рецептур блюд и кулинарных изделий для детского питания. Фирма «Партнер».
- Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания ТОО «ПЧЕЛКА» Москва1994.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2008.Издание4-е,Уральский региональный центр питания,2008.

При приготовлении блюд используется йодированная соль.

В рационе питания используются витаминизированные, обогащенные микронутриентами продукты:

- витаминизированный кисель,
- какао,
- соки,
- кондитерские изделия
- витаминизированные напитки.
- Витаминизация третьих блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом СанПиН 2.3/2.4.3590-20) (из расчета 60 мг на одну порцию витамина С).

Примерное меню приготавливаемых блюд: возрастная категория 12 лет и старше.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
завтрак	Каша «Дружба», маслом/сливочным	200/5	6,55	8,33	35,09	241	102-08
	Сыр порционный	30	5,8	7,3	0	95,64	366-08
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,19	19,71	118,69	286-08
	Фрукты в ассортименте	100	1	0	5,1	58	
	Хлеб пшеничный (батон)	40	1,1	0,35	18	88	
итого за завтрак		575	17,25	19,17	78,0	601,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	100	1,16	1,9	0,9	11,0	246-08
	Котлеты, рубленые из птицы	100	15,8	17,8	9,5	237	460-94
	Макароны отварные с маслом сливочным	180/5	6,36	7,44	42,36	265,2	469-94
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,2	0,1	17,2	68	282-08
	Хлеб пшеничный (батон)	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		625	24,62	27,59	85,26	669,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
завтрак	Капуста соленая на л/к	100	2	0,3	8,5	30	акп
	Котлета «Золотая рыбка» минтай	100	9,5	14	9,2	185,5	акп
	Картофельное пюре с маслом сливочным	180/10	3,84	7,2	27,96	192,6	241-08
	Кисель витаминный	200	0,02	0	23,4	93,68	акп
	Хлеб ржаной	40	4,2	1,65	21,2	129	
итого за завтрак		630	19,56	23,15	90,26	630,4	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
завтрак	Овощи натуральные (помидоры)	100	0,9	0,15	3,8	19,1	246-08
	Гуляш мясной	100/50	19,4	16,6	5,5	181	401-94
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	9,36	51,1	334,8	219-08
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,5	0,1	31,2	121	280-08
	Хлеб пшеничный (батон)	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		670	32,3	26,56	107	743,9	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
завтрак	Овощи консервированные (зеленый горошек)	100	4,1	2,8	8,4	54	229-08
	Тефтели из говядины с рисом «Ёжики»	100	9,16	13,53	9,44	196,14	202,08
	Капуста тушеная	200/5	4,4	5,5	23,3	173,3	482-94
	Напиток клюквенный	200	0,11	0	21,07	84,69	647-94
	Хлеб ржаной	50	4,2	1,65	21,2	88	
итого за завтрак		655	22	24	83,41	596,1	

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 6							
завтрак	Творожники розовые со сгущенным молоком	200	21,75	18,5	35,16	293	акп
	Сыр порционный	20	5,8	7,35	0	89	366-08
	Какао на молоке	200	5,4	5,5	36,1	211,1	642-94
	Хлеб пшеничный(батон)	40	1,1	0,35	15,3	88	
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	56	
итого за завтрак		560	34,45	32,1	96,36	737,1	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 1 День 7							
завтрак	Овощи консервированные (кукуруза)	100	3,8	0,8	5,1	33	229-08
	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	100	16,7	19,37	16,45	308	294
	Макароны отварные с маслом сливочным	180/5	6,3	7,44	42,3	265,3	469-94
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,3	60	629-94
	Хлеб пшеничный(батон	20	1,1	0,35	15,5	88	
итого за завтрак		605	28,2	28,0	95,0	754,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 8							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	100	1,1	0,15	3,1	17	246-08
	Рыба, тушенная в томате с овощами горбуша	100/50	23,2	11,6	4,7	216	172-08
	Рис отварной	180	4,56	9	55,9	300	465-94
	Кисель витаминный	200	0,02	0	23,4	93,68	
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,9	12,7	77,7	
итого за завтрак		665	31,3	22	100	704	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 9							
завтрак	Овощи соленые помидоры	100	1,8	1,58	1,5	13,8	акп
	Жаркое по- домашнему	200	29,7	30,3	27	285,5	394-94
	Напиток «фруктовые пираты»	200	0	0	19,24	153,92	акп
	Кондитерское изделие	50	2,8	2,5	19,5	78	
	Хлеб пшеничный батон	40	5,9	2,3	29,7	114,2	
итого за завтрак		590	40,2	36,7	97,0	645,03	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10							
завтрак	Свекла вареная с м/р	100/5	1,9	3,9	5,5	60,0	31-02
	Тефтели мясные с соусом	100/50	10,8	16,7	13,4	248	461-04
	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,83	7,02	46	251,1	219-08
	Сок	200	0,3	0	10,2	60	акп
	Хлеб пшеничный батон	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		675	22	28	91,0	707,1	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 11							
завтрак	Овощи, консервированные зел. горошек	100	4	2,8	8,4	54	229-08
	Омлет натуральный с м/с	200	14,8	24,1	2,6	285	132-08
	Йогурт	(100) 1шт	6,2	9,48	19,5	91	
	Какао на молоке	200	5,4	5,5	36,1	211,1	642-94
	Хлеб пшеничный батон	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		640	31,5	42,23	82,0	729,1	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 12							
завтрак	Овощи свежие (огурцы)	100	0,6	0,08	2,75	16,6	246-08
	Плов (птица)	50/150	15,0	20	28,35	325	449-94
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	25	98	
	Кисель витаминный	200	0,02	0	23,4	93,68	акп
	Хлеб пшеничный батон	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		640	17,12	21	95	622	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 13							
завтрак	Капуста соленая на л/к	100	2,1	0,2	9,1	38,8	
	Фрикадельки рыбные минтай	100	11,5	7,0	8,4	143	175-08
	Картофельное пюре с маслом сливочным	180/10	3,85	7,2	28	192,6	241-08
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,2	60	629-94
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	25	100	
	Хлеб пшеничный батон	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		730	19,25	15,2	101	623	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 14							
завтрак	Овощи натуральные (помидоры)	100	0,9	0,18	3,8	25	246-08
	Гуляш (мясо птицы)	100	10,83	13,76	4,17	167,71	260-11
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,3	8,4	45,9	301	219-08
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,5	0,1	31,2	121,0	280-08
	Хлеб пшеничный батон	20	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		600	22,63	23	100,37	703	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 15							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	100	1,8	0,2	5,1	30	246-08
	Печень по-строгановски	100	10,8	6,2	7,9	130,4	387-94
	Макаронные отварные с маслом сливочным	180/5	5,3	6,2	35,3	221	469-94
	Напиток фруктовые пираты	200	0	0	19,24	153,92	акп
	Хлеб ржаной	50	3,4	1,3	16,8	78	
	Хлеб пшеничный	40	1,1	0,35	15,3	88	