

СОГЛАСОВАНО:

Начальник межрайонного территориального отдела управления: Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по СК №4



(Дыглев А.А.)

" 11 июля 2024

Перспективное десятидневное меню для обучающихся 5-11 классов, детей участников военной операции,

проводимой на территориях Украины, Донецкой Народной Республики и Луганской Народной Республики с 24 февраля 2022 года и на территориях Запорожской области и Херсонской области с 30 сентября 2022 года (далее – участники специальной военной операции, специальная военная операция), подпадающих под действие пункта 1 части 1 статьи 2 Закона Ставропольского края от 28 февраля 2023 года № 18-кз «О дополнительных социальных гарантиях участникам специальной военной операции и мерах социальной поддержки членов их семей», а также участников специальной военной операции, погибших при выполнении задач в ходе специальной военной операции или умерших вследствие увечья (ранения, травмы, контузии), полученного при выполнении задач в ходе специальной военной операции

на осенне-зимний период 2024г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №3 ст. Бекешевская

(Гурьева Н.Б.)

" 11 июля 2024

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №6 пос. Нежинский

(Полудина Е. В.)

" 11 июля 2024

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №4 ст. Боргустанская

(Пастухов А.В.)

" 11 июля 2024

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №13 с. Этока

(Арутюнян Ж.В.)

" 11 июля 2024

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №5 с. Новоблагодарное

(Мареева И.А.)

" 11 июля 2024

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №15 п. Санамер

(Танова В.В.)

" 11 июля 2024

УТВЕРЖДАЮ:



Директор ООО "БЕРОНА"

(Синнер В.А.)

" 11 июля 2024

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №16 пос.
Быкогорка

" " июля 2024 (Арабова Ж.В.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №20 ст.
Суворовская

" " июля 2024 (Шаповалова Л.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №24 ст.
Суворовская

" " июля 2024 (Тарасова Н.Ю.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №27 пос.
Тамбукан

" " июля 2024 (Жамутова М. В.)



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №17 пос.
Подкумок

" " июля 2024 (Мартынова Л.М.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №21 пос.
Горный

" " июля 2024 (Еропкина Л. И.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №25 пос.
Нижнеэтожский

" " июля 2024 (Толстых С.В.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №28 с. Садовое

" " июля 2024 (Наумова И. В.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ №19 п.
Урожайный

" " июля 2024 (Погорельская Л.Л.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №23 с. Свобода

" " июля 2024 (Лушниковая Н.А.)

СОГЛАСОВАНО:

И. О. Директора МБОУ СОШ №26 п.
Ясная Поляна

" " июля 2024 (Хажистов Д. О.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ №65 ст.
Ессентукская

" " июля 2024 (Битаева Ж. В.)

Перспективное десятидневное меню для обучающихся 12 лет и старше на осенний и зимний период 2024-2025гг.

№ рецепта	Приём пищи, наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углевод		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe			
Понедельник: 1 неделя.																
Завтрак																
№15 сб. 2017г.	Сыр Российский (порциями)	15	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3			
№14 сб. 2017г.	Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж.	5	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	3	3	0	0,02			
№173 сб. 2017г.	Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес"	265/5	10,68	16,87	48,38	389,57	0,23	1,23	70,46	192,37	302,12	91,05	2,22			
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13			
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33			
№377 сб. 2017г.	Кондитерское изделие (1 шт в инд упаковке)	45	3	9	23	180	0,06	0,1	5,5	9	0,23	2,12	0,52			
	ИТОГО:	565	26,17	44,89	102,22	914,67	0,51	2,84	213,96	362,55	545,35	117,67	3,52			
Обед																
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или солёные ** (помидоры)	100	1,12	0,1	3,5	20	0,02	10,5	0	10	35	15	0,8			
№101 сб. 2017г.	Сул картофельный с крупой (рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88			
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	15	22	13,02	312,73	0,07	0,31	40,73	39,22	171,64	50,71	2,55			
№203 сб. 2017г.	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,73	7,14	37,56	241,38	0,07	0	35,24	14,98	46,34	10,04	1			
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2			
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17			
№349 сб. 2017г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7			
	ИТОГО:	885	28,98	32,56	118,06	891,86	0,34	19,79	75,97	137,88	332,4	115,99	7,3			
	ВСЕГО:		55,15	77,45	220,28	1806,53	0,85	22,63	289,93	500,43	877,75	233,66	10,82			
Вторник: 1 неделя.																
Завтрак																
№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	100/180	25,22	12,53	51,03	418,13	0,21	9,15	39,20	50,53	265,07	75,51	2,61			
№376 сб. 2017г.	Чай* с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28			
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33			
№338 сб. 2017г.	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64			
	ИТОГО:	630	28,05	13,27	92,55	605,03	0,28	21,18	39,2	86,83	281,07	87,71	5,86			
Обед																
№75 сб. 2017 г.	Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	0,03	5,67	0	59,22	60,92	30,14	1,7			
№82 сб. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/10	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23			
№315 сб. 2015г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164	0,06	15,03	22	45,2	133,1	33	1,23			
№125 сб. 2017г.	Картофель отварной	180/5	3,56	6,98	24,65	185	0,19	25,41	35,24	24,07	98,3	35,8	1,44			
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2			
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17			
№491 сб. 2021г.	Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,1	10,7	44	0,01	16,5	0	7,5	6,4	6,1	0,29			
	ИТОГО:	930	22,04	19,43	104,05	781,25	0,41	73,29	57,24	200,22	353,32	131,17	7,26			
	ВСЕГО:		50,09	32,7	196,6	1386,28	0,69	94,47	96,44	287,05	634,39	218,88	13,12			
Среда: 1 неделя.																

Завтрак														
№239 сб. 2017г.	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/100	18,2	9,6	9,6	198	0,28	10,2	0	110,26	354,8	69,2	1,27	
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	180/5	3,82	11,29	22,18	213,19	0,18	21,95	61,67	51,38	107,33	33,79	0,36	
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	0	0,33	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,35	
	Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке)	30	2,25	4,8	20,7	135	0,04	0	0	6	0	0	0,35	
ИТОГО:		645	26,68	25,95	82,44	678,69	0,53	34,98	61,67	187,84	466,53	105,39	4,23	
Обед														
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	100	2,55	0,1	20,55	91,2	0,04	4,22	0	46,53	60,92	32,24	1	
№102 сб. 2017г.	Сул картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88	
№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,46	388	0,1	1,04	91,4	55,54	97,54	20,8	1,42	
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63	0,26	0	0	18,28	251,51	167,52	5,62	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17	
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
ИТОГО:		885	34,92	40,24	135,84	1049,58	0,58	17,51	91,4	175,55	479,95	251,34	13,09	
ВСЕГО:			61,6	66,19	218,28	1728,27	1,11	52,49	153,07	363,39	946,48	356,73	17,32	
Четверг: 1 неделя.														
Завтрак														
№15 сб. 2017 г.	Сыр Российский (порцирами)	15	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3	
№224 сб. 2017г.	Запеканка из творога с морковью (с молоком стуженым)	220/30	26,04	24,68	81,79	653,57	0,16	2	108,93	428,79	439,5	67,39	1,68	
№382 сб. 2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	152,22	124,56	21,34	0,48	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33	
	Биойогурт	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6	
(1 шт. в индивидуальной упаковке)														
ИТОГО:		620	43,11	40,44	127,88	1043,55	0,5	15,8	211,63	624,41	744,06	102,53	3,39	
Обед														
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или солёные ** (помидоры)	100	1,12	0,1	3,5	20	0,02	10,5	0	10	35	15	0,8	
№88 сб. 2017г.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,9	89,75	0,058	15,78	0	49,25	49	22,13	0,83	
№260 сб. 2017г.	Бройлер-цыпленок, тушеный в соусе сметанно-томатном	100/50	18,91	21,83	3,75	287,3	0,01	1,2	0	28,35	200,4	28,64	3,98	
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшениной крупы)	180/5	7,8	5,55	47,9	272	1,15	0	0	29,63	196	42,2	3,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17	
№342 сб. 2017г.	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95	
ИТОГО:		935	33,26	33,11	110,79	882,85	1,318	28,38	0	145,91	484,8	113,11	11,23	
ВСЕГО:			76,37	73,55	238,67	1926,4	1,818	44,18	0	770,32	1228,86	215,64	14,62	
Пятница: 1 неделя.														
Завтрак														
№211 сб. 2017г.	Икра кабачковая (промышленного производства)	70	0,84	3,36	5,39	54,6	0,03	6,72	0	22,4	0	0	0,56	
	Омлет с сыром	130	15,54	25,5	2,21	301	0,09	0,28	314,6	226,63	162,28	18,91	2,38	
№277 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36	

№75 сб. 2017г.	Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	0,03	5,67	0	59,22	60,92	30,14	1,7
№96 сб. 2017г.	Рассольник Ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0	29,15	56,73	24,18	0,93
№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	13,91	26,73	14,05	352,73	0,09	0,95	83,09	50,49	88,67	18,91	1,29
№203 сб. 2017 г.	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	5,73	7,14	37,56	241,38	-0,07	0	35,24	14,98	46,34	10,04	1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№342 сб. 2017г.	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	ИТОГО:	885	28,69	39,74	134,2	1100,46	0,36	15,9	118,33	182,52	257,06	88,41	7,24
	ВСЕГО:		54,41	57,45	209,85	1734,92	0,62	30,52	285,73	790,21	868,16	178,97	12,11
	Среда: 2 недели.												
	Завтрак												
№297 сб. 2017г.	Фрикадельки из бройлеров-цыплят	100	13,02	18,05	7,36	243,64	0,04	1,93	54,91	48,42	82,51	13,93	1
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63	0,26	0	0	18,28	251,51	167,52	5,62
№376 сб. 2017г.	Чай* с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке)	18	0,9	4,97	11,61	94,86	0,03	0	0	4	0	0	0,22
	ИТОГО:	533	26,87	30,79	96,39	769,63	0,36	1,96	54,91	87,8	336,82	182,85	7,45
	Обед												
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	100	2,55	0,1	20,55	91,2	0,04	4,22	0	46,53	60,92	32,24	1
№101 сб. 2017г.	Суп картофельный с крупой (рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88
№234/330 сб. 2017г.	Биточки рыбные (с соусом сметанным)	100/30	10,6	8,74	14,66	180,38	0,07	0,26	20,63	48,63	144,08	33,65	41,18
	Картофельное пюре	180/5	3,82	11,29	22,18	213,19	0,18	21,95	61,67	51,38	107,33	33,79	1,27
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№349 сб. 2017г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7
	ИТОГО:	915	23,1	23,45	121,37	802,52	0,47	35,41	82,3	220,22	391,75	139,92	46,4
	ВСЕГО:		49,97	54,24	217,76	1572,15	0,83	37,37	137,21	308,02	728,57	322,77	53,85
	Четверг: 2 недели.												
	Завтрак												
№131 сб. 2017 г.	Горох овощной отварной (консервированный)	30/1,5	0,93	1,32	1,95	23,4	0	0	0	0	0	0	0
№210 сб. 2017г.	Омлет натуральный	170	15,8	28,14	2,99	328,28	0,12	0,29	367,84	116,83	255,88	18,29	2,99
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Ейюлгурт	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	(1 шт. в индивидуальной упаковке)												
	ИТОГО:	556,5	25,93	35,51	49,4	615,66	0,29	13,59	388,14	259,61	375,88	35,59	4,05
	Обед												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные свежие или солёные ** (опорлы)	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	0	23	24	14	0,6
№82 сб. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/10	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23
№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	100/180	25,22	12,53	51,03	418,13	0,21	9,15	39,20	50,53	265,07	75,51	2,61
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17

№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115	0,002	1,8	0	15,92	5,98	1,54	0,04
	ИТОГО:	890	31,42	18,17	107,31	746,08	0,352	25,13	39,2	153,68	349,65	117,18	5,85
	ВСЕГО:		57,35	53,68	156,71	1361,74	0,642	38,72	427,34	413,29	725,53	152,77	9,9
Пятница: 2 неделя.													
Завтрак													
	Котлеты "Школьные"	100	15,30	11,00	13,30	213,00	0,14	0,00	30,00	50,00	136,00	21,00	2,07
№239 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из рчневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63	0,26	0	0	18,28	251,51	167,52	5,62
№302 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
№377 сб. 2017г.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№338 сб. 2017г.	Фрукты свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	ИТОГО:	635	28,31	18,77	90,92	646,13	0,43	2,83	30	88,48	391,91	190,92	8,38
Обед													
	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,2	4,7	7,7	78	0,03	9,6	0	32	0	0	0,8
№103 сб. 2017г.	Сул картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	29,2	67,58	27,28	1,13
№289 сб. 2017г.	Рагу из птицы	100/180	20,5	17,04	24,32	332,8	0,14	18,72	33,6	45,74	220,96	57,6	2,93
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	10,5	0	0	1,17
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	21,34	3,44	3,44	0,63
№388 сб. 2017г.	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	0,01	100	0	142,78	291,98	88,32	6,86
	ИТОГО:	880	28,57	25,38	90,1	716,45	0,36	136,57	33,6	231,26	683,89	279,24	15,24
	ВСЕГО:		56,88	44,15	181,02	1362,58	0,79	139,4					
	Всего за 10 дней		554,26	567,39	2020,22	15797,88	8,512	525,63	2298,53	4551,3	8036,43	2271,04	171,67
	Итого за 1 день пищевых веществ:		55,426	56,739	202,022	1579,788	0,8512	52,563	229,853	455,13	803,643	227,104	17,167
Проводится ежедневная С-витаминизация третьих блюд													

*-можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

** - овощи подаются свежие или соленья в зависимости от сезона

При составлении использовались:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет оздоровительных учреждений Пермь 2012г. Под ред. А.Я. Перевалов
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников. Дети принт г. Москва 2017 г. Под ред М.Л. Мозильной
Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий Пермь 2021г. под ред. А.Я. Перевалов

	Всего за 10 дней завтраки	270,61	280,99	862,19	7138,82	3,61	133,85	1711,01	2909,83	4323,91	995,68	49,85
	Итого за 1 день пищевых веществ завтраки:	27,06	28,10	86,22	713,88	0,36	13,39	171,10	290,98	432,39	99,57	4,99
	Всего за 10 дней обеды	283,65	286,40	1158,03	8659,06	4,90	391,78	587,52	1641,46	3712,52	1275,36	121,82
	Итого за 1 день пищевых веществ обеды:	23,64	28,64	115,80	865,91	0,49	39,18	58,75	164,15	371,25	127,54	12,18