

Документ подписан электронной подписью.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ НА 2024 - 2025 ГОД МБОУ «Казачинская СОШ»

Составлено согласно: Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения"(СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г № 32 . Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций" 2.4. Гигиена детей и подростков Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 18 мая 2020г. "Технологические карты блюд и кулинарных изделий для питания детей школьного возраста". Данные технологические карты составлены в соответствии с "Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения"(СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г № 32

Группы 7 - 11 лет

День: понедельник

Неделя 1

№	1 день Завтрак		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	№ рец.	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	390	каша манная молочная	200	6,24	6,1	19,7	158,64	0,08	1,09	36,72	192,17	156,05	23,52	0,3
2	943	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	0,00	0,00	0,00	6	0,00	0,00	0,4
		хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	41	м/сливочное порциями	10	0	8,2	0,1	75	0	0	59	1	2	0	0
5														
6														
7														
Итого			460	10,24	14,7	58,4	378,84	0,08	1,09	95,72	199,17	158,05	23,52	0,7

1 день Обед

1	187	щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,91	6,79	67,80	0,05	14,77	0,00	34,66	38,10	17,80	0,64
2	304	плов из птицы	210	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	1,01	48,00	45,10	199,30	47,50	2,19
3	874	кисель	200	0,20	0,00	32,60	132,00	0,00	0,00	0,00	18,00	4,29	0,00	0,60
4		хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	13	салат из свежих	60	0,46	3,65	1,43	40,38	0,02	5,7	0	13,11	24,01	7,98	0,34

Документ подписан электронной подписью.

	огурцов													
6														
7														
Итого			770	29,96	25,36	125,71	851,58	0,13	21,48	48	110,87	265,7	73,28	3,77
Итого за день			1230	40,2	40,06	184,11	1230,42	0,21	22,57	143,72	310,04	423,75	96,8	4,47

День: вторник

№	2 день Завтрак Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша гречневая рассыпчатая	679	180	8,95	6,73	43	276,53	0,22	0	0,02	15,57	250,2	81	4,73
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,4
3	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	сыр порциями	42	20	4,64	5,90	0,00	72,8	0,01	0,14	52,00	176,00	100,00	7,00	0,20
5														
6														
Итого			450	17,59	13,03	81,6	494,53	0,23	0,14	52,02	197,57	350,2	88	5,33

2 день Обед

1	россольник петербургский	197	200	1,68	4,09	13,27	96,60	0,08	6,03	0,00	21,16	57,56	20,72	0,78
2	макаронны отварные	688	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	25,20	5,83	44,60	25,34	1,33
3	тефтели , котлеты мясные	286	60	8,87	9,83	11,71	171,00	0,06	0,85	39,00	43,90	106,70	21,60	0,96
4	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	салат из свежих помидоров	14	60	0,68	3,71	2,83	47,46	0,04	12,25	0,00	10,55	19,73	10,67	0,50
Итого			800	25,65	23,85	122,74	779,6	0,25	19,1	64,2	87,44	228,59	78,33	3,97

Документ подписан электронной подписью.

									3					
	Итого за день		1250	43,24	36,88	204,34	1274,13	0,48	19,27	116,22	285,01	578,79	166,33	9,3

День: среда

№	3 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша рисовая молочная	168	160	2,32	3,96	28,97	161,00	0,02	0,00	20,00	4,70	50,60	16,40	0,36
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4														
5														
6														
7														
Итого			410	6,32	4,36	67,57	306,20	0,02	0,00	20,00	10,70	50,60	16,40	0,76

3 день Обед

1	суп картофельный с макаронными изделиями	208	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,09	6,60	0,00	19,68	53,32	21,60	0,87
2	пюре картофельное	694	180	3,67	5,76	24,53	164,70	0,16	21,80	30,60	44,37	103,91	33,30	1,21
3	рыба тушеная в тагатном соусе с овощами	486	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	0,10	3,35	0,01	52,11	238,46	59,77	0,96
4	компот из смеси сухофруктов	868	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			680	27,33	16,68	118,73	727,10	0,36	32,83	30,61	122,56	399,29	114,67	3,22

Документ подписан электронной подписью.

	Итого за день		1090	33,65	21,04	186,3	1033,30	0,38	32,8 3	50,610	133,26	449,89	131,0 7	3,98
--	----------------------	--	-------------	--------------	--------------	--------------	----------------	-------------	-------------------	---------------	---------------	---------------	--------------------	-------------

День: **четвер
г**

№	4 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	суп молочный с макаронными изделиями	93	200	5,75	5,21	18,84	145,20	0,09	0,91	30,60	161,62	137,98	24,14	0,51
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4														
5														
6														
7														
Итого			450	9,75	5,61	57,44	290,40	0,09	0,91	30,60	167,62	137,98	24,14	0,91

4 день Обед

1	суп картофельный с бобовыми	206	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23	4,65	0,00	38,08	87,18	35,30	2,03
2	каша рассыпчатая гречневая	679	150	7,46	5,61	35,84	230,45	0,18	0,00	0,02	12,98	208,50	67,50	3,95
3	гуляш	591	80	19,72	17,89	4,76	168,20	0,17	1,28	0,00	24,36	194,69	26,01	2,32
4	какао с молоком	959	200	3,52	3,72	25,49	145,20	0,04	0,01	122,00	90,00	14,00	0,56	0,56
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	салат из кукурузы	12	60	1,73	3,71	4,82	59,58	0,06	5,58	0,00	11,20	3,47	11,72	0,40
7														
Итого			840	45,52	37,01	136,44	972,58	0,68	11,52	122,02	176,62	507,84	141,09	9,26

Документ подписан электронной подписью.

	Итого за день		1290	55,27	42,62	193,88	1262,98	0,77	12,4 3	152,62	344,24	645,82	165,2 3	10,1 7
--	----------------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	-------------------	---------------	---------------	---------------	--------------------	-------------------

День: пятница

№	5 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углеб.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	суп молочный с крупой пшенной	94	200	5,8	5,48	18,57	146,8	0,11	0,91	30,6	161,92	155,78	29,62	0,54
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	банан		200	3	1	42	192							
5														
6														
7														
Итого			650	12,8	6,88	99,17	484	0,11	0,91	30,6	167,92	155,78	29,62	0,94

5 день Обед

1	лапша домашняя	208	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,09	6,60	0,00	19,68	53,32	21,60	0,87
2	рагу из овощей	321	150	2,29	11,00	14,44	166,00	0,07	8,67	31,00	23,90	61,80	27,80	0,98
3	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5														
6														
7														
Итого			650	12,24	14,07	91,35	512,2	0,16	15,27	31	49,58	115,12	49,4	2,25
Итого за день			1300	25,04	20,95	190,52	996,2	0,27	16,18	61,6	217,5	270,9	79,02	3,19

первы

День: й

Неделя 2

1 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества	Энергетическая	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
----------------	--------	-------	------------------	----------------	---------------	---------------------------

Документ подписан электронной подписью.

№	Наименование блюда		д	Белк и	Жир ы	Углев .	я ценность (Ккал)	В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша ячневая	679	180	5,74	5,11	36,99	224,42	0,11	0	0,02	46,96	201,6	0,02	0,99
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4														
5														
6														
7														
Итого			430	9,74	5,51	75,59	369,62	0,11	0	0,02	52,96	201,6	0,02	1,39

1 день Обед

1	борщ с капустой и картофелем	170	200	1,45	3,93	100,20	82,00	0,04	8,23	0,00	35,50	42,58	21,00	0,95
2	плов из птицы	304	210	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	1,01	48,00	45,10	199,30	47,50	2,19
3	кисель	874	200	0,20	0,00	32,60	132,00	0,00	0,00	0,00	18,00	4,29	0,00	0,60
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из зеленого горошка	10	100	2,98	5,19	6,25	83,6	0,11	11	0,68	21,45	59,95	20,8	0,68
6														
7														
Итого			810	32,53	26,92	223,94	909	0,21	20,24	48,68	120,05	306,12	89,3	4,42
Итого за день			1240	42,27	32,43	299,53	1278,62	0,32	20,24	48,7	173,01	507,72	89,32	5,81

День: второй

№	2 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белк и	Жир ы	Углев .		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша рисовая молочная	168	160	2,32	3,96	28,97	161,00	0,02	0,00	20,00	4,70	50,60	16,40	0,36
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40

Документ подписан электронной подписью.

6														
7														
Итого			460	14,4	19,71	80	527,2	0,26	1,2	140	165,6	258,3	86,7	3,15

3 день Обед

1	лапша домашняя	208	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,09	6,60	0,00	19,68	53,32	21,60	0,87
2	капуста тушеная	336	150	2,78	6,48	34,52	213,53	0,23	31,50	31,50	21,96	119,59	43,99	1,73
3	птица тушеная	301	80	17,92	14,58	5,62	225,00	0,06	0,54	43,00	56,10	138,20	23,90	1,77
4	компот из смеси сухофруктов	868	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			730	30,49	24,13	127,81	850,93	0,39	39,72	74,5	104,14	314,71	89,49	4,55
Итого за день			1190	44,89	43,84	207,81	1378,13	0,65	40,92	214,5	269,74	573,01	176,19	7,7

День: четвертый

№	4 день Завтрак Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углевы		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша манная молочная	390	200	6,24	6,1	19,7	158,64	0,08	1,09	36,72	192,17	156,05	23,52	0,3
2	чай с сахаром	943	200	0,2	0	14	28	0,00	0,00	0,00	6	0,00	0,00	0,4
	хлеб пшеничный		50	3,8	0,4	24,6	117,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	яблоко		200	0,8	0,08	19,6	94							
5														
6														
7														
Итого			650	11,04	6,58	77,9	397,84	0,08	1,09	36,72	198,17	156,05	23,52	0,7

Документ подписан электронной подписью.

4 день Обед

1	суп рисовый с говядиной	204	200/20	7,18	2,94	11,76	102,26	0,10	6,70	0,00	21,01	95,87	25,93	1,18
2	макаронны отварные	688	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	25,20	5,83	44,60	25,34	1,33
3	рыба тушеная в тамажном соусе с овощами	486	75	13,87	7,85	6,53	150,00	0,10	3,35	0,01	52,11	238,46	59,77	0,96
4	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			555	35,47	17,01	113,22	716,8	0,27	10,05	25,21	84,95	378,93	111,04	3,87
Итого за день			1205	46,51	23,59	191,12	1114,64	0,35	11,14	61,93	283,12	534,98	134,56	4,57

День: пятый

№	5 день Завтрак Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	макаронны запеченные с сыром	421	180/10	9,67	10,19	41,36	281,3	0,09	0,23	4,52	161,03	148,95	18,33	1,13
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4														
5														
6														
7														
Итого			250	13,67	10,59	79,96	426,5	0,09	0,23	4,52	167,03	148,95	18,33	1,53

5 день Обед

1	суп с мясными фрикадельками	209	200/20	5,83	4,56	13,59	118,80	0,12	9,87	3,96	25,52	103,97	32,01	1,29
---	-----------------------------	-----	--------	------	------	-------	--------	------	------	------	-------	--------	-------	------

Документ подписан электронной подписью.

2	жаркое по-домашнему	436	50/100	17,21	4,67	13,72	165,63	0,13	5,61	15,00	19,44	210,63	41,06	2,52
3	какао с молоком	959	200	3,52	3,72	25,49	145,20	0,041,30	0,01	122,00	90,00	14,00	0,56	0,56
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из свежих огурцов и помидоров	15	100	0,98	6,15	3,73	74,20	0,05	16,76	0,00	18,68	34,61	16,26	0,74
6														
7														
Итого			400	35,14	19,9	105,73	738,23	0,3	32,25	140,96	153,64	363,21	89,89	5,11
Итого за день			650	48,81	30,49	185,69	1164,73	0,39	32,48	145,48	320,67	512,16	108,22	6,64

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:

Подпись верна

Сертификат:

00900172028058B482E4EFDA781BA51D81

Владелец:

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КАЗАЧИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Нога, Александр Викторович, kaz.shkola@mail.ru, 850303037966, 8503004655, 11054345303, 1028500603218, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КАЗАЧИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Директор, с. Казачье, ул. Больничная, д. 1А, Иркутская область, RU

Издатель:

Федеральное казначейство, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru

Срок действия:

Действителен с: 26.07.2024 15:25:00 UTC+08
Действителен до: 19.10.2025 15:25:00 UTC+08

Дата и время создания ЭП:

12.12.2024 14:53:08 UTC+08