

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«ГЛОБУС»

ИНН 2349014305, ОГРН 1022304651599, КПП 234901001.

353800, Краснодарский край, Красноармейский район, ст. Полтавская, ул. Красная 132, оф.15.

Исх. б/н от «13» 01 2022.

Начальнику территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей и благополучия
человека по Краснодарскому краю в Славянском,
Красноармейском, Калининском районах.
С.А. Осмоловскому

*Яковлева А.А.
Рассмотреть
С.П.*

Уважаемый Сергей Александрович!

В связи с массовыми обращениями родителей просим Вас, согласовать корректировку второго дня согласованного десятидневного меню, по которому организуется горячее питание учащихся школ Красноармейского района.

Заменить: рыбу с томатами и овощами и картофельное пюре, на плов из птицы.

Химический состав, витамины и микроэлементы

Плов из птицы		
	7-10 лет	11-18 лет
Белки, г.	12,30	16,83
Жиры, г.	11,82	14,47
Углеводы, г.	26,26	33,15
Рыба с томатом и овощами, пюре картофельное		
Белки, г.	12,47	16,21
Жиры, г.	11,90	14,97
Углеводы, г.	26,71	32,69

Директор ООО «Глобус»



Браташенко Л.П.

Согласовано:

Начальник территориального отдела
Управления Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека по Краснодарскому краю
в Славянском, Красноармейском, Калининском районах

Осмоловский С.А.

Согласовано:

Начальник управления образования
администрации муниципального района
образований Красноармейский район

Ватлин И.Б.

Утверждаю:

Директор ООО «Глобус»

Брващенко Л.П.

Примерное десятидневное меню горячих завтраков для школ МО Красноармейский район.

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,4	5,03	10,3	88	0,03	38,52	-	3,45	43,25	37,8	17,32	0,58
243	Издалия колбасные отварные	50	4,57	9,85	0,66	109,5	-	-	-	-	8,19	80,5	5,04	0,57
203	Макаронные изделия отварные с маслом	175	5,21	4,36	34,05	213,58	0,15	-	0,01	-	11,3	70,2	8	0,82
б/н	Соус томатный по кубански	30	0,54	0,85	3,091	18,48	0,11	1,03	-	1,32	4,61	6,17	4,69	0,15
382	Какао с молоком	200	6,08	5,35	24,93	168,31	0,05	2,6	0,04	-	241,97	168,5	33,64	0,54
б/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44
б/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24
ИТОГО:			23,53	27,12	141,35	775,07	0,47	42,15	0,05	4,77	326,5	465,97	84,29	4,34

вторник

Р

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
75	Икра свекольная	100	2,4	7,6	13	132	0,05	22,12	-	2,07	39,33	43,77	33,42	1,87		
229	Рыба с томатом и овощами	75/40	12,43	6,87	6,41	137,21	0,12	6,42	0,01	1,76	42,16	162,69	56,22	1,06		
128	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163,5	0,17	22,88	0,23	-	22,88	97,94	29,27	1,05		
6/н	Напиток из сока	200	0,33	-	22,66	91,98	-	2,04	-	-	4,5	7	2,04	0,87		
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44		
6/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24		
	ИТОГО:		24,04	22,9	97,58	701,89	0,47	53,36	0,24	3,83	226,07	413,2	136,55	6,53		

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
279	Тертелья	100	7,2	6,38	6,98	113,25	0,12	0,88	-	-	20,55	157,5	19,12	1,73		
302	Каша вязкая с маслом сливочным	150	3,9	5,3	24,8	169,6	0,16	-	0,02	-	8,9	145,58	75	2,5		
6/н	Соус томатно-сметанный	30	0,54	2,87	2,65	39,34	0,02	2,09	0,01	-	10,24	10,77	4,88	0,17		
6/н	Овощи по сезону	100	1,1	0,2	3,8	23	0,06	23,16	-	-	14	26	20	14		
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	-	22,97	103,65	0,01	-	-	-	14,45	17,33	8,4	0,65		
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44		
6/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24		
6/н	Сыр порционными	10	2,3	2,9	-	36	0,011	0,07	-	-	100,0	190,4	5,5	0,07		
	ИТОГО:		21,8	19,4	94,21	597	0,51	26,2	0,03	-	185,34	650	148,7	19,68		

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
366	Запеканка творожная со спущенным молоком	190/15	26,72	19,56	31,65	413,25	0,15	0,88	0,14	-	294,59	469,35	47,18	1,37		
376	Чай черный с сахаром	200	0,2	-	15	58	-	-	-	-	0,45	3,3	-	0,05		
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44		
338	Яблоко	150	0,45	-	12,9	60	0,045	15,0	-	-	21,12	16,5	11,9	3,3		
ИТОГО:			30,46	20,78	79,47	636,05	0,26	15,8	0,14	-	324,16	522,35	64,68	5,16		

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
340	Омлет	80	10,0	13,4	1,5	159,2	0,06	0,6	0,25	-	103,8	164,6	40,5	1,86		
77	Рагу овощное	200	7,15	5,8	23,75	162,12	0,37	51,05	-	2,2	56,29	103,72	41,18	1,5		
389	Сок	200	1	-	24,4	101,6	0,02	6,8	-	-	14,0	14,0	8	2,8		
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44		
6/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24		
ИТОГО:			23,88	20,88	83,26	600,12	0,58	58,45	0,25	2,2	191,29	385,12	105,3	7,84		

* День: суббота

Неделя: первая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
311	Каша молочная жидкая на ц/молоке	200	6,04	7,27	34,29	227	0,09	1,09	0,03	-	-	-	119,2	179,06	26,96	0,74
351	Кисель на яблок сушеных	200	0,59	-	29,9	137	0,005	-	-	-	-	-	14,45	17,33	8,4	0,65
6/н	Хлеб пшеничный	80	6,18	2,4	39,84	209	0,12	-	0,04	-	-	2,4	66,4	11,2	0,88	-
14	Масло сливочное порционное	10	0,13	7,25	0,09	66	-	-	-	-	-	-	150	289,6	8,25	0,11
15	Сыр порционными	15	3,45	4,35	-	54	0,02	0,01	-	-	-	-	21,1	16,5	11,9	3,3
338	Яблоко	150	0,45	-	12,9	60	0,05	15,0	-	-	-	-	295,6	593,7	65,9	5,68
Итого:			16,8	21,3	104	684	0,3	16,1	0,07	-	-	-	295,6	593,7	65,9	5,68

День: Понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
451	Котлета мясная	100	15,9	14,4	16	261	0,1	0,12	-	-	-	2,64	28,95	165,16	32	-
139	Капуста тушеная	200	4	7,2	21,2	166	0,13	105,26	0,53	-	-	-	113,62	60	42,36	-
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	-	23,0	103,65	0,01	-	-	-	-	-	14,45	17,33	8,4	0,65
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24
	Яблоко	150	0,45	-	12,9	60	0,045	15	-	-	-	-	21,12	-	-	-
Итого:			27,1	23,28	106,7	768	0,42	120,4	0,53	-	-	-	195,3	345,2	98,36	2,33

7,2

4

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
6/н	Овощи по сезону	100	0,96	0,16	3,6	18,5	0,05	15,04	-	-	-	15,44	34	16,94	0,7		
437	Гуляш с подливой	100(50/50)	15,4	6,4	3,7	134	0,08	3,21	-	2,64	11,56	177,63	21,82	2,38			
302	Каша вязкая с маслом сливочным	150	3,9	5,3	24,8	169,6	0,16	-	0,02	-	8,9	145,58	75	2,5			
6/н	Чай с молоком	200	2,8	2,5	14,67	108,85	0,03	1,3	0,02	-	120,45	94,3	14,0	0,15			
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44			
6/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24			
14	Масло сливочное (порционное)	10	0,13	7,25	0,09	66,1	-	-	0,04	-	2,4	2	-	0,02			
ИТОГО:			28,92	23,29	80,47	674,25	0,45	19,55	0,08	2,64	175,95	556,31	143,36	7,43			

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осень-весна

Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
489	Рагу из птицы	250	19,69	15,31	30,31	348,88	0,23	28,39	0,04	2,2	36,26	302,31	54,05	2,54			
6/н	Овощи по сезону	100	1,1	0,2	3,8	23	0,06	23,16	-	-	14	26	20	14			
389	Сок	200	1	-	24,4	101,6	0,02	6,8	-	-	14,0	14,0	8	2,8			
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44			
6/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24			
	Масло сливочное (порционное)	10	0,13	7,25	0,09	66,1	-	-	0,04	-	2,4	-	-	-			
ИТОГО:			27,65	24,44	92,21	716,78	0,44	58,35	0,08	2,2	83,86	445,11	97,65	21,02			

6

День: четверг
 Неделя: вторник
 Сезон: осень-весна
 Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
311	Каша молочная жидкая на ц/молоке	200	6,04	7,27	34,29	227,16	0,09	1,09	0,03	-	119,25	179,06	26,96	0,74		
337	Яйцо вареное	1шт(40гр)	5,1	4,6	0,3	62,8	-	-	0,1	-	22	76,8	4,8	1		
15	Сыр порцивыми	10	2,3	2,9	-	36	0,011	0,07	-	-	100,0	190,4	5,5	0,07		
382	Какао с молоком	200	6,08	5,35	24,93	168,31	0,054	2,6	0,035	-	241,97	168,5	33,64	0,54		
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44		
338	Яблоко	150	0,45	-	12,9	60	0,045	15,0	-	-	21,12	16,5	11,90	3,3		
ИТОГО:			23,1	21,3	92,34	659	0,26	18,69	0,17	-	512,3	664	88,4	6,1		

День: пятница
 Неделя: вторник
 Сезон: осень-весна
 Возрастная категория: с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
6/н	Овощи по сезону	100	0,96	0,16	3,6	18,5	0,05	15,04	-	-	15,44	34	16,94	0,7		
134	Котлета рыбная	100	14,8	2,78	9,7	122,76	0,13	0,71	0,01	2,64	66,13	152,86	62,32	1,27		
128	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163,5	0,17	22,88	0,23	-	22,88	97,94	29,27	1,05		
376	Чай черный с сахаром	200	0,2	-	10	58	-	-	-	-	0,45	3,3	-	0,045		
6/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44		
6/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24		
14	Масло сливочное (порционное)	10	0,13	7,25	0,09	66,1	-	-	0,04	-	2,4	2	-	0,02		
ИТОГО:			24,97	18,62	78,9	606,06	0,48	38,63	0,28	2,64	124,5	392,9	124,13	4,77		

* День: суббота
 Неделя : вторник
 Сезон : осень-весна
 Возрастная категория : с 11 до 18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
292	Птица тушеная в соусе с овощами	200	19,1	17,6	25,0	336	0,14	19,08	0,03	2,64	27,96	200,89	41,85	75,49	
б/н	Овощи по сезону	60	0,6	0,09	2,7	11,1	0,05	15,04	-	-	15,44	34	16,94	0,7	
б/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44	
б/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24	
б/н	Напиток из сока	200	0,33	-	22,66	91,98	-	2,04	-	-	4,5	7	2,04	0,87	
	ИТОГО :		26,1	19,4	84,9	624	0,32	36,16	0,03	2,64	65,1	344,69	76,43	78,74	

* Для школ осуществляющих питание горными завтраками по субботам.

Литература :

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. В.А. Тутельяна, М.П. Могильного, М., 2007
2. Бюллетени ТК СССР по народному образованию «Дашколыное воспитание и общее среднее образование» картолека блюдо, 1991 г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах, под ред. В.Т. Лапиной, М., 1994 г.
4. СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23 июля 2008 г. № 45.