

И.П. Зиновьев Б.А.
Зиновьев Б.А.

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

Согласовано:

Согласовано:

Дата

Дата _____

Печать

Печать

ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ На 2023 учебный год

Индивидуальный предприниматель Зиновьев Богдан Алексеевич
Для организации питания детей завтраками
(возрастная группа с 7 до 11 лет)

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 4 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».

Наименование продуктового набора, г.	Рекоменд. норма в нетто г,мл, на 1 ребенка, 25 % от суточной нормы	Фактически
Хлеб ржаной	20	20,0
Хлеб пшеничный	37,5	37,5
Мука пшеничная	3,7	3,75
Крупы, бобовые	11,2	12,0
Макаронные изделия	3,7	4,0
Картофель	46,7	48,0
Овощи(свежие, мороженные, Консервированные),соленые и квашеные, в т.ч. томат пюре, зелень.	70	72,0
Фрукты свежие	46,2	50,0
Сухофрукты	3,7	3,7
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	50	50,0
Мясо 1 –й категории	17,5	19,0
Субпродукты(печень,язык,сердце)	7,5	-
Птица(цыплята-бройлеры потрошенные-1 кат)	8,7	10,0
Рыба(филе),в т.ч. слабо-или малосоленые	14,5	15,0
Молоко	75	76
Кисломолочная пищевая продукция	37,5	30,0
Творог(5%-9% м.д.ж.)	12,5	13,7
Сыр	2,5	3,0
Сметана	2,5	3,0
Масло сливочное	7,5	7,8
Масло растительное	3,7	4,0
Яйцо,шт.	1шт	1 шт
Сахар	7,5	7,5
Кондитерские изделия	2,5	2,5
Чай	0,25	0,3
Какао-порошок	0,25	0,2
Дрожжи хлебопекарные	0,05	0,05
Кофейный напиток	0,5	0,5
Крахмал	0,75	0,5
Соль пищевая поваренная йодированная	0,75	0,75
Специи	0,5	0,5
Белки	19,25	24,2
Жиры	19,75	24,3
Углеводы	83,75	87,5
Энерг. ценность	587,5	647,0

- 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 менюготавливаемых блюд: возрастная категория 7-11 лет.

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	1,8	58	
	Хлеб пшеничный	40	1,1	0,35	15,35	88	
итого за завтрак		575	17,25	19,17	71,95	601,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,7	0,05	1,69	7	246-08
	Котлеты, рубленые из птицы	90	14,22	16,02	8,55	213,3	460-94
	Макароньы отварные с маслом сливочным	150/5	5,3	6,2	35,3	221	469-94
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,2	0,1	17,2	68	282-08
	Хлеб пшеничный	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		545	21,52	22,72	78,04	597,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
завтрак	Капуста соленая на л/к	60	1,2	0,2	5,1	21	акп
	Котлета «Золотая рыбка» минтай	90	8,6	12,6	8,3	167	акп
	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/10	3,2	6,06	23,3	160,5	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		550	17,22	20,51	81,3	576	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
завтрак	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,55	0,1	2,3	11,5	246-08
	Гуляш мясной	90/50	17,4	15	5	162,9	401-94
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	7,8	42,6	279	219-08
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,5	0,1	31,2	121	280-08
	Хлеб пшеничный	20	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		570	28,28	23,35	96,4	662,4	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
завтрак	Овощи консервированные (зеленый горошек)	60	2,5	1,7	5,04	32,4	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 из шиповника	200	0,11	0	21,07	84,69	647-94
	Хлеб ржаной	50	4,2	1,65	21,2	88	
итого за завтрак		615	20,37	22,38	80,05	574,53	

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 6							
завтрак	Творожники розовые со сгущенным молоком	150/20	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	40	1,1	0,35	15,3	88	
	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	56	
итого за завтрак		530	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)	60	2,3	0,5	3,1	20	229-08
	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	100	16,7	19,37	16,45	308	294
	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	5,3	6,2	35,3	221	469-94
	Чай с сахаром	200	0,3	0	15,3	60	629-94
	Хлеб пшеничный	20	1,1	0,35	15,5	88	
итого за завтрак		535	25,7	26,42	85,65	697	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 8							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,7	0,1	1,9	10,0	246-08
	Рыба, тушенная в томате с овощами горбуша	90/50	23,2	11,6	4,7	216	172-08
	Рис отварной	150/5	4,56	7,5	46,6	274	465-94
	Кисель витаминный	200	0,02	0	23,4	93,68	акп
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,9	12,7	77,7	
итого за завтрак		585	30,9	20,1	89,3	671	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 9							
завтрак	Сель соленая	30	8,5	4,2	0,1	72	акп
	Жаркое по-домашнему	180	26,8	27,3	24,3	258	394-94
	Напиток «фруктовые пираты»	200	0	0	19,24	153,92	акп
	Кондитерское изделие	50	2,8	2,5	7,9	78	
	Хлеб пшеничный	40	5,9	2,3	29,7	114,2	
итого за завтрак		530	36,59	33,6	82,04	676,1	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10							
завтрак	Свекла вареная с м/р	60/5	1,9	3,9	5,5	60,0	31-02
	Тефтели мясные с соусом	90/50	10,8	16,7	13,4	248	461-04
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,83	7,02	38,32	251,1	463-94
	Сок	200	0,3	0	10,2	60	акп
	Хлеб пшеничный	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		595	22	28	83,0	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	60	2,4	1,68	5,04	32,4	229-08
	Омлет натуральный с м/с	165	14,8	24,1	2,6	285	132-08
	Йогурт	(100) 1шт	6,2	9,48	8,2	91	
	Какао на молоке	200	5,4	5,5	36,1	211,1	642-94
	Хлеб пшеничный	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		565	30,0	41,11	68,0	707	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 12							
завтрак	Овощи свежие (огурцы)	60	0,4	0,05	1,65	10,0	246-08
	Плов (птица)	50/100	14,25	17,8	23,6	314,2	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		550	15,42	20,55	115,8	603,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 13							
завтрак	Капуста соленая на л/к	60	1,3	0,16	5,5	23,3	
	Фрикадельки рыбные мнитай	100	11,5	7,0	8,4	143	175-08
	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/10	3,2	6,06	23,3	160,5	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		660	17,8	14,0	93,0	575	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 14							
завтрак	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,55	0,1	2,3	15	246-08
	Гуляш (мясо птицы)	100	10,83	13,76	4,17	167,71	260-11
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,83	7,02	38,32	251,1	463-94
	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		530	28,64	21,33	91,29	643	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 3 День 15							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	60	1,1	0,16	3,1	18,3	246-08
	Печень по-строгановски	100	10,8	6,2	7,9	130,4	387-94
	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	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	

итого за завтрак	605	27	15,0	98	689,6	
------------------	-----	----	------	----	-------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 16							
завтрак	Бутерброд с сыром	30/30	9,3	14,22	20,0	220	37-94
	Каша вязкая рисовая	150/10	5,48	6,4	42,55	249,92	257-94
	Кофейный напиток на молоке	200	2,79	3,19	19,71	118,69	286-08
	Фрукты в ассортименте	110	1,2	2,5	3,4	58	
	Хлеб пшеничный батон	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		570	19,87	27,0	101	734,6	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 17							
завтрак	Горошек зеленый консервированный	60	1,03	0,7	2,1	13,5	229-08
	Рагу из птицы	50/150	17,9	16,8	28,97	341,1	443-94
	Кондитерское изд	30	1,5	2,8	15,3	98	
	Чай с сахаром лимоном	180/15/7	0,3	0	15,2	60	629-94
	Хлеб пшеничный	40	1,1	0,35	15,3	88	
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,83	76	
итого за завтрак		570	24,03	21,05	90,0	677,0	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 18							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,7	0,09	2,5	10	246-08
	Шницель рыбный натуральный минтай	100	10,6	15,5	15,26	221,25	330-94
	Рис отварной	150/5	4,56	7,5	46,6	274	465-94
	Кисель витаминный	200	0,02	0	23,4	93,68	акп
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,83	76	
итого за завтрак		555	18,08	24,0	100,59	675,0	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 19							
завтрак	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,7	0,1	1,9	11	246-08
	Макаронник с мясом говядина	180	25,0	28,2	65,0	420	431-94
	Яйца вареные	1 шт	5,08	4,06	0,28	62,8	139-08
	Кофейный напиток	200	2,7	3,19	19,71	118,69	286-09
	Хлеб пшеничный батон	40	1,1	0,35	15,3	88	
итого за завтрак		532	34,5	36,0	102,0	700	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3 День 20							
завтрак	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,7	0,09	2,5	20	246-08
	Голубцы ленивые говядина	158	10,37	18,0	7,79	167,8	178-08
	Сок	200	0,3	0	10,2	60	
	Кондитерское изд	30	2,3	1,5	13,2	180	
	Хлеб ржаной	50	2,2	0,4	12,83	88	
итого за завтрак		503	16,0	19,0	47,0	516,0	

АССОРТИМЕНТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ.

1. Мучные кондитерские изделия собственного производства:

- пирожки из дрожжевого теста с капустой сб.рец.2008.
- пирожки из дрожжевого теста с картошкой сб.рец.2008
- пирожки с повидлом из дрожжевого теста сб.рец.2000.

2. Соки ,напитки, питьевая вода должны реализоваться в потребительской упаковке согласно рекомендациям СанПин 2.3/2.4.3590-20.

3. Включена в ассортимент буфетная продукция:

- кондитерские изделия в промышленной упаковке.
- соки в промышленной упаковке.