Приложение № 2 к Договору № 516/10 от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024 г.

**Цикличное двухнедельное меню рационов горячего питания для кадетов**

**учащихся в образовательных учреждениях г. Санкт – Петербурга Невского района**

**(с 5 го по 8 класс с компенсацией его части стоимости) за счёт средств бюджета г. Санкт – Петербурга**

**(для сырьевых столовых)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** |  **Наименование блюда** | **Вес блюда** |  **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **Сборник рецептур** | **№№****рецептур** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **1 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Закрытый бутерброд с сыром и свининой отварной | 10/15/75 | 11,6 | 13,1 | 27,05 | 270,5 | 2008 | 9 т/т/к |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 250/10 | 9,35 | 13,04 | 40,75 | 318,1 | 2008 | 189 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 2008 | 431 |
| Апельсин | 250 | 2,25 | 0,5 | 20,25 | 107,5 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **855** | **26,7** | **28,59** | **124,03** | **873,1** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из квашеной капусты с яблоками, маслом растительным  | 100 | 0,6 | 5,1 | 8,4 | 97,0 | 2013 | 37 |
| Суп картофельный с фасолью и курой | 250/10 | 0,6 | 5,1 | 8,4 | 97 | 2013 | 108 |
| Тефтели из говядины в соусе сметанном | 100 | 9,88 | 11,5 | 7,33 | 199,3 | 2008 | 283 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 3,12 | 5,52 | 45,2 | 132,4 | 2011 | 302 |
| Сок плодово - ягодный (или апельсиновый) | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 114,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,4 | 26,8 | 144,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| Шоколад молочный «Усатики хвостатики» | 1/12 | 1,18 | 6,1 | 6,0 | 86,48 | 2011 | 338 |
| **Итого на обед** |  | **1125** | **34,58** | **43,12** | **178,59** | **1187,18** |  |  |
| **Итого за 1 день** |  | **1980** | **69,2** | **72,47** | **303,82** | **2125,48** |  |  |
| **2 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Икра морковная, сыр порционный | 100/20 | 138,36 | 158,71 | 661 | 4499,84 | 2008 | 56 |
| Запеканка из творога с джемом | 190 (140/50) | 18,0 | 14,7 | 52,13 | 440,4 | 2008/2011 | 224/335 |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 | 2008 | 432 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,84 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **675** | **166,06** | **179,05** | **764,81** | **5249,24** |  |  |
| **Обед** | Салат из овощей с морской капустой, маслом растительным | 100 | 3,2 | 10,3 | 9,4 | 143,0 | 2008 | 64 |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 250/5/5 | 3,15 | 3,74 | 17,1 | 118,8 | 2008 | 76 |
| Биточки рыбные | 100 | 13,0 | 11,49 | 15,0 | 226,0 | 2008 | 239 |
| Рагу овощное | 180 | 4,2 | 8,04 | 19,8 | 142,8 | 2008 | 350 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,09 | 26,7 | 131,0 | 2008 | 402 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,4 | 26,8 | 144,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Груша свежая | 250 | 1,0 | 0,75 | 25,75 | 117,5 | 2011 | 338 |
| **Итого за обед** |  | **1250** | **370,07** | **399,61** | **1711,73** | **11751,58** |  |  |
| **Итого за 2 день** |  | **1925** | **76,35** | **78,8** | **293,42** | **2229,5** |  |  |
| **3 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Салат из солёных огурцов с маслом растительным / до 01.03.с репчатым луком, с 01.03. с зелёным луком/, яйцо варёное | 100 (80/20) | 5,25 | 7,4 | 2,75 | 98,5 | 2008 | 20/213 |
| Печень тушёная в соусе сметанном | 100 | 13,3 | 8,6 | 8,7 | 166,0 | 2008 | 261 |
| Пюре картофельное  | 200 | 18,55 | 16 | 11,45 | 264,5 | 2008 | 335 |
| Сок персиковый | 200 | 0,1 | 0,1 | 25,2 | 117,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 50 | 4,0 | 2,2 | 16,8 | 90 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,92 | 10,39 | 57,5 | к/к | к/к |
| Яблоко свежее | 250  | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **1045** | **48,9** | **38,82** | **110,74** | **1009,95** |  |  |
| **Обед** | Винегрет овощной до 01.03 с репчатым луком, с 01.03 с луком зеленым) | 100 | 1,3 | 10,0 | 6,6 | 123,0 | 2008 | 51 |
| Суп картофельный с рыбой | 250/50 | 7,17 | 6,0 | 19,2 | 166,3 | 2008 | 92 |
| Мясо тушеное | 100 | 15,5 | 16,5 | 2,8 | 220 | 2008 | 257 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,7 | 5,8 | 37,62 | 229,1 | 2008 | 331 |
| Напиток лимонный | 200 | 0,2 | 0,0 | 25,7 | 105 | 2008 | 436 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Вафли витаминизированные | 1/20 | 0,6 | 2,1 | 13,4 | 71,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1020** | **138,87** | **123,44** | **381,76** | **3236,3** |  |  |
| **Итого за 3 день** |  | **2065** | **76,12** | **75,92** | **319,07** | **2149,95** |  |  |
| **4 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Салат белокочанной капусты | 100 | 1,6 | 5,1 | 6,9 | 80,0 | 2008 | 35 |
| Драчёна (запечённый с мукой и сметаной омлет) | 200 | 17,51 | 19,81 | 27,62 | 346,34 | 2011 | 216 |
| Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 25,9 | 105,0 | 2011 | 378 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Груша свежая | 250 | 1,0 | 0,75 | 25,75 | 117,5 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 30 | 2,4 | 1,39 | 15,6 | 86,3 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **820** | **27,23** | **30,1** | **115,17** | **807,14** |  |  |
| **Обед** | Салат « степной» (с 01.03. из отварных овощей с зелёным луком) | 100 | 3,6 | 10,2 | 7,8 | 137,0 | 2008 | 30 |
| Суп крестьянский с крупой перловой | 250 | 3,3 | 5,02 | 12,4 | 107,0 | 2008 | 94 |
| Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом | 100 | 11,2 | 7,4 | 23,0 | 153,2 | 2010 | 281 |
| Рис отварной с маслом сливочным | 180/5 | 72,56 | 82,82 | 273,54 | 2011,48 | 2008 | 325 |
| Компот из свежих яблок  | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 2008 | 394 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,84 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1040** | **156,72** | **171,88** | **617,66** | **4411,96** |  |  |
| **Итого за 4 день** |  | **1860** | **61,355** | **70,64** | **298,35** | **1874,34** |  |  |
| **5 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд закрытый с котлетой рубленой из куры | 40/60 | 12,1 | 7,9 | 29,1 | 221,0 | 2008 | 10т/т/к |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 250/5 | 9,4 | 13,76 | 34,5 | 293,0 | 2008 | 189 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 2008 | 430 |
| Груша свежая | 250 | 1,0 | 0,75 | 25,75 | 117,5 | 2011 | 338 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **930** | **27,7** | **25,01** | **112,85** | **778,5** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат овощной с сельдью | 100 | 3,6 | 11,4 | 5,3 | 139,0 | 2008 | 46 |
| Щи из квашеной капусты с курой и сметаной | 250/20/10 | 3,6 | 11,4 | 5,3 | 139 | 2008 | 85 |
| Мясо духовое | 280 | 18,2 | 16,48 | 64,58 | 498,75 | 2011 | 258 |
| Сок плодово – ягодный /яблочный/ | 200 | 0 | 0 | 23,3 | 92,9 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,4 | 26,8 | 144,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 55 | 31,8 | 42,68 | 125,28 | 1013,65 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **995** | **63,6** | **85,36** | **250,56** | **2027,3** |  |  |
| **Итого за 5 день** |  | **1925** | **67,8** | **70,33** | **276,41** | **1961,15** | **67,8** |  |
| **6 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Омлет с картофелем | 100 | 9,8 | 12,8 | 23,9 | 242,0 | 2010 | 218 |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 250/5 | 10,5 | 11,1 | 42,55 | 312,1 | 2008 | 189 |
| Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 25,9 | 105,0 | 2011 | 378 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,93 | 10,39 | 57,5 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак.** | Яблоко свежее | 250  | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
|  |  | **825** | **24,52** | **27,28** | **129,69** | **846,05** |  |  |
| **Обед** | Винегрет овощной (с зелёным горошком), форель отварная | 100/20 | 3,4 | 12,1 | 6,6 | 145 | 2013 | 55 |
| Суп из овощей со свининой и сметаной | 250/20/5 | 52,44 | 66,66 | 265,98 | 1837,1 | 2008 | 95 |
| Зразы рубленые из кур с омлетом  | 100 | 15,1 | 12,2 | 36,3 | 277,8 | 2011 | 298 |
| Пюре картофельное с маслом сливочным | 200/5 | 119,98 | 145,52 | 568,26 | 3952 | 2008 | 335 |
| Сок фруктовый /вишнёвый/ | 200 | 1,4 | 0,4 | 22,8 | 100,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,84 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Пирожок простой с повидлом | 50 | 2,8 | 2,6 | 30,5 | 186,7 | 2008 | 451 |
| Молоко в индивидуальной упаковке | 1/200 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 113 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1230** | **256,66** | **302,88** | **1234,1** | **8490,7** |  |  |
| **Итого за 6 день** |  | **2000** | **76,765** | **84,93** | **307,25** | **2189,21** |  |  |
| **7 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** |  Закрытый бутерброд со свининой отварной | 100 (30/70) | 7,3 | 11,1690,69 | 11,1 | 174,0 | 2008 | 9т/т/к |
| Пудинг из творога с вареньем | 220 | 18,9 | 17,2 | 47,58 | 401,56 | 2010 | 235 |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 | 2008 | 432 |
| Яблоко свежее | 250  | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| **Итого за завтрак** |  | **770** | **28,8** | **31,459** | **108,03** | **812,01** |  |  |
| **Обед** |  | **825** | **57,6** | **62,918** | **216,06** | **1624,02** |  |  |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным | 100 | 1,6 | 5,1 | 7,7 | 83,0 | 2008 | 40 |
| Суп картофельный с горохом, говядиной и гренками  | 250/5/10 | 6,4 | 4,5 | 18,6 | 150,0 | 2008 | 99/73 |
| Биточки рыбные с маслом сливочным | 120 | 14,0 | 21,5 | 14,4 | 256,0 | 2008 | 239 |
| Пюре картофельное  | 180 | 3,6 | 4,27 | 23,57 | 163,74 | 2008 | 335 |
| Компот из апельсинов  | 200 | 0,45 | 0,1 | 39,59 | 141,2 | 2011 | 346 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **985** | **150,85** | **166,706** | **590,94** | **4343,98** |  |  |
| **Итого за 7 день** |  | **1810** | **60,67** | **68,15** | **294,51** | **1941,99** |  |  |
| **8 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Закрытый бутерброд с филе куры отварной | 105 (35/70) | 7,3 | 11,1401,562 | 11,1 | 174,0 | 2008 | 5т/т/к |
| Макароны с сыром | 250 | 11,9 | 17,6 | 45,5 | 388,0 | 2010 | 206 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 2008 | 431 |
| Банан свежий | 250 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 215,0 | 2011 | 338 |
| **Итого за завтрак** |  | **810** | **23,25** | **30,6521** | **124,3** | **839** |  |  |
| **Обед** | Салат картофельный с морковью, и зеленым горошком с маслом растительным, форель отварная  | 100/20 |  4,2 | 5,23 | 6,55 | 152,7 | 2011 | 40 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной  | 250/5 | 3,12 | 5,6 | 8,03 | 96,5 | 2008 | 84 |
| Плов из филе птицы | 350 | 19,3 | 21,3 | 52,3 | 473,5 | 2012 | 304 |
| Компот из изюма  | 200 | 0,5 | 0,1 | 28,1 | 116,0 | 2008 | 401 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 26,8 | 144,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Булочка с корицей | 50  | 4,0 | 1,5 | 23,5 | 139,0 | 2011 | 438 |
| Молоко в индивидуальной упаковке | 1/200 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 113 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1295** | **93,32** | **105,8842** | **424,76** | **3027,7** |  |  |
| **Итого за 8 день** |  | **2100** | **70,07** | **74,7** | **300,46** | **2088,7** |  |  |
| **9 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Закрытый бутерброд с сыром и свининой отварной | 10/15/75 | 11,6 | 13,1 | 27,05 | 270,5 | 2008 | 9 т/т/к |
| Каша « Янтарная» | 250 | 8,4 | 12,2 | 46,8 | 332,0 | 2008 | 187 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 19,8 | 134,0 | 2008 | 433 |
| Яблоко свежее | 250 | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **840** | **27,2** | **30,75** | **141,38** | **980,95** |  |  |
| **Обед** | Салат из свёклы отварной с маслом растительным, яйцом варёным | 100/20 | 54,4 | 61,5 | 282,76,0 | 1961,9 | 2011 | 52/209 |
| Рассольник ленинградский с филе куры и со сметаной | 250/15/5 | 108,8 | 123 | 47,0 | 3923,8 | 2008 | 91 |
| Котлета особая | 100 | 12,5 | 10,3 | 32,6 | 273,2 | 2011 | 269 |
| Рагу овощное | 200 | 4,7 | 9,0 | 15,3 | 158,7 | 2008 | 350 |
| Сок плодово – ягодный / апельсиновый/ | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 114,0 | к/к | к/к |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **970** | **242,6** | **269,05** | **721** | **8580,5** |  |  |
| **Итого за 9 день** |  | **1810** | **65,08** | **73,74** | **326,86** | **2058,35** |  |  |
| **10 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Икра свекольная | 100 | 3,8 | 8,1 | 7,5 | 118,0 | 2008 | 56 |
| Биточки паровые | 100  | 16,1 | 15,6 | 29,7 | 319,0 | 2010 | 289 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,7 | 5,8 | 37,62 | 229,1 | 2008 | 331 |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 | 2008 | 432 |
| Шоколад « усатики хвостатики» | 1/12 | 1,18 | 6,1 | 6,0 | 86,48 | 2011 | 338 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **612** | **30,88** | **37,75** | **109,92** | **895,58** |  |  |
| **Обед** | Салат из квашеной капусты с огурцами и помидорами с маслом растительным  | 100 | 1,6 | 5,1 | 7,7 | 83 | 2001 | 13 т/т/к |
| Борщ сибирский с говядиной и сметаной | 250/5/5 | 8,5 | 8,58 | 17,6 | 176,4 | 2008 | 80 |
| Котлета рыбная любительская | 100 | 11,3 | 3,6 | 5,0 | 91,7 | 2008 | 241 |
| Картофель отварной с маслом сливочным | 200/5 | 83,16 | 92,78 | 250,14 | 2142,26 | 2008 | 333 |
| Компот из изюма |  200 |  0,5 |  0,1 |  28,1 |  116,0 |  2008 | 401 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 50 | 4,0 | 2,2 | 16,8 | 90 | к/к | к/к |  |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к/ | к/к |
| Яблоко свежее | 250 | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1270** | **183,32** | **195,16** | **622,19** | **4936,97** |  |  |
| **Итого за10 день** |  | **1882** | **73,105** | **84,95** | **295,37** | **2033,83** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всего за 10 дней** |  |  | **697,0** | **755,0** | **3034,0** | **20653,0** |  |  |
| **Средняя за 1 день** |  |  | **69,7** | **75,5** | **303,4** | **2065,3** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

* С 01.03. в рецептуре блюд лук репчатый заменяется на лук зелёный
* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А.
* - Сборник рецептур национадьных блюд и кулинарных изделий, издательство» Хлебпродинформ» , редакция Лапшиной В.Т.
* - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей, Москва, Дели принт, 2013. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А
* - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Москва, Дели принт, 2010. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А
* Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов

**Накопительная ведомость по меню льготного питания /старшие классы - завтрак и обед/ 50-60 % среднесуточная норма согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 кадеты 5-8 классы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование продукта** | **Норма на одного ребёнка в день** |  | **1****день** | **2****день** | **3****день** | **4****день** | **5****день** | **6****день** | **7****день** | **8****день** | **9****день** | **10****день** |  | **Факт за 10****дней в г** |  **Норма за 10 дней** | **Выполнение** **% ( +/ - )** |
|  **50% - 60 %**  **суточного**  **рациона** |  **50% - 60 %**  **суточного**  **рациона** |
| **Хлеб ржаной обогащённый****/ржано – пшеничный/** | **60-72** |  | **85** | **85** | **90** | **80** | **40** | **85** | **40** | **85** | **40** | **70** |  | **700** | **600-720** | **100** |
| **Хлеб пшеничный** | **100-120** |  | **128** | **150** | **100** | **84** | **68** | **73** | **147** | **40** | **114** | **151** |  | **1055** | **1000-1200** | **100** |
| **Мука пшеничная** | **17,5-21,0** |  | **43,0** | **2** | **7** | **18** | **36** | **32** |  | **37** | **33** | **2** |  | **210** | **175-210** | **100** |
| **Крупа****/злаки, бобовые/** | **25-30** |  | **103** | **9** | **15** | **35** | **14** |  | **48** | **32** | **35** | **10** |  | **301** | **250-300** | **100** |
| **Макаронные изделия** | **10-12** |  |  |  |  |  |  |  |  | **58** |  | **61** |  | **119** | **100-120** | **100** |
| **Картофель** | **150-180** |  | **63** | **128** | **305** | **145** | **221** | **143** | **204** | **105** | **145** | **41** |  | **1500** | **1500-1800** | **100** |
| **Овощи разные / зелень/** | **200-240** |  | **119** | **406** | **237** | **222** | **200** | **240** | **155** | **180** | **300** | **341** |  | **2400** | **2000-2400** | **100** |
| **Фрукты свежие**  | **200-240** |  | **302** | **250** | **300** | **195** | **250** | **200** | **100** | **256** | **294** | **250** |  | **2397** | **2000-2400** | **100** |
| **Соки** | **100-120** |  | **200** |  | **200** |  | **200** | **200** |  |  | **200** |  |  | **1000** | **1000-1200** | **100** |
| **Фрукты сухие в т. ч.** **шиповник** | **45-54** |  |  | **20** |  |  | **18** |  |  | **20** |  | **20** |  | **450** | **450-540** | **100** |
| **Сахарный песок** | **17,5-21** |  | **20** | **22** | **22** | **20** | **21** | **21** | **20** | **21** | **22** | **20** |  | **209** | **175-210** | **100** |
| **Кондитерские изделия** | **10-12** |  | **12** | **30** | **20** |  | **40** |  |  |  |  | **12** |  | **114** | **100-120** | **100** |
| **Какао****Кофейный напиток** | **3-3,6** |  |  | **8** |  |  | **8** |  |  |  | **8** | **8** |  | **32** | **30-36** | **100** |
| **Чай**  | **0,5-0,6** |  | **1** |  |  | **1** |  | **1** | **1** | **1** |  |  |  | **5** | **5-6** | **100** |
| **Мясо б/к** | **50-60** |  | **61** | **10** | **218** | **62** | **80** | **147** | **10** | **45** | **120** | **70** |  | **823** | **500-600** | **+37** |
| **Птица** | **27,5-30** |  | **30** |  |  |  | **143** | **110** | **26** | **109** | **25** |  |  | **443** | **275-300** | **+47**  |
| **Рыба филе** | **40-48** |  |  | **72** | **68,5** |  | **34,0** | **15** | **106** | **44** |  | **73** |  | **412,5** | **400-480** | **100** |
| **Молоко, кисломолочная пищевая продукция** | **250-300** |  | **252** | **275** | **235** | **254** | **287** | **257** | **226** | **200** | **250** | **275** |  | **2511** | **2500-3000** | **100** |
| **Творог** | **30-36** |  |  | **163** |  |  | **140** |  |  |  |  |  |  | **303** | **300-360** | **100** |
| **Сметана** | **7,5-9,0** |  | **10** | **11** | **13** | **23** | **12** | **10** |  | **5** | **14** | **5** |  | **103** | **75-90** | **+14,5** |
| **Сыр** | **7,5-9,0** |  | **11** | **22** |  | **5** |  |  |  | **26** | **11** |  |  | **75** | **75-90** | **100** |
| **Масло сливочное** | **25-30** |  | **23** | **15** | **10** | **36** | **32** | **15** | **30** | **32** | **27** | **31** |  | **251** | **250-300** | **100** |
| **Масло растительное** | **10-12** |  | **13** | **12** | **13** | **13** | **10** | **13** | **13** | **8** | **12** | **12** |  | **119** | **100-120** | **100** |
| **Яйцо шт.** | **20-24** |  | **20** | **20** | **10** | **60** | **10** | **20** | **60** | **20** | **10** | **20** |  | **250** | **200-240** | **+4** |
| **Дрожжи** | **1-1,2** |  | **2** |  |  |  | **2** | **2** |  | **2** | **2** |  |  | **10** | **10-12** | **100** |
| **Соль** | **2-2,4** |  | **2,5** | **2,5** | **2,5** | **3** | **2,5** | **2** | **2** | **2** | **3** | **2,5** |  | **24** | **20-24** | **100** |

**Цикличное двухнедельное меню горячего питания (комплексный обед) для кадетов**

**учащихся в общеобразовательных учреждениях г. Санкт – Петербурга Невского района**

**(с 5 го по 8 класс с компенсацией его части стоимости) за счёт средств бюджета г. Санкт – Петербурга**

**(для сырьевых столовых)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** |  **Наименование блюда** | **Вес блюда** |  **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **Сборник рецептур** | **№№****рецептур** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **1 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из сыра, яблок и огурцов, яйцо варёное | 100/40 | 14,4 | 18,3 | 3,8 | 237 | 2008 | 27/213  |
| Суп картофельный с фасолью и курой  | 250/25 | 11,9 | 8,1 | 18,6 | 196 | 2013 | 108 |
| Тефтели (1-ый вариант) | 125(75/50) | 12,4 | 14,4 | 9,17 | 216,67 | 2008 | 283 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 205 | 4,8 | 10,2 | 51,2 | 312,0 | 2011 | 302 |
| Сок плодово-ягодный (или апельсиновый) | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 114,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,4 | 26,8 | 144,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| Банан свежий  | 300 | 4,5 | 1,5 | 63,0 | 258,0 | 2011 | 338 |
| **Итого на обед** |  | **1530** | **67,2** | **62,3** | **249,03** | **1794,67** |  |  |
| **2 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из овощей с морской капустой, маслом растительным, свинина отварная порционная | 100/20 | 4,8 | 13,7 | 20,3 | 188,7 | 2008/2011 | 64/241 |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 250/20/10 | 7,0 | 7,78 | 35,1 | 216,35 | 2013 | 84 |
| Рыба, запеченная в омлете  | 100 | 15,64 | 13,0 | 17,87 | 261,94 | 2010 | 249 |
| Картофель отварной с маслом сливочным | 200/10 | 27,44 | 14,44 | 73,27 | 271,7 | 2008 | 333 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,09 | 26,7 | 131,0 | 2008 | 402 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,4 | 26,8 | 144,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Груша свежая | 250 | 1,0 | 0,75 | 25,75 | 117,5 | 2011 | 338 |
| Булочка сырная с кунжутом | 100 | 13,3 | 10,3 | 46,0 | 313,3 | 2001 | 599 |
| **Итого за обед** |  | **1420** | **82,58** | **67,16** | **313,35** | **1874,49** |  |  |
| **3 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с огурцами солеными, сельдь порционная  | 100/20 | 4,8 | 8,12 | 13,32 | 145,7 | 2011/2010 | 55/8 |
| Суп картофельный с вермишелью и курой | 250/10 | 8,5 | 11,8 | 37,4 | 291,6 | 2008 | 100 |
| Свинина, запеченная с сыром  | 120 | 24,4 | 19,32 | 39,3 | 548,4 | 2005 | 9.212 |
| Рагу овощное | 230 | 5,3 | 10,35 | 20,01 | 196,19 | 2008 | 351 |
| Напиток лимонный | 200 | 0,2 | 0,0 | 25,7 | 105 | 2008 | 436 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Яблоко свежее | 250  | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 1/200 | 2,1 | 0,8 | 27,1 | 124 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1500** | **57,6** | **57,74** | **251,44** | **1878,34** |  |  |
| **4 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат «Летний» с маслом растительным, яйцо варёное | 80/20 | 6,15 | 12,5 | 9,95 | 168,5 | 2011 | 34/209 |
| Суп крестьянский с крупой перловой и курой | 250/10 | 5,42 | 6,38 | 12,4 | 128,2 | 2008 | 94 |
| Котлеты пожарские | 100 | 14,8 | 14,2 | 43,2 | 377,0 | 2011 | 876 |
| Рис отварной с маслом сливочным | 180/10 | 26,37 | 33,08 | 65,55 | 673,7 | 2008 | 325 |
| Сок плодово – ягодный /виноградный/ | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 136,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон обогащённый микронутриентами | 65 | 58,14 | 69,11 | 183,8 | 1591,4 | к/к | к/к |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5 | 2,5 | 8,5 | 87 | к/к | к/к |
| Булочка сырная с кунжутом | 100 | 13,3 | 10,3 | 46,0 | 313,3 | 2001 | 599 |
| **Итого за обед** |  | **1200** | **134,58** | **151,02** | **422,1** | **3583,1** |  |  |
| **5 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  Винегрет овощной с рыбой | 80/40 | 7,8 | 15,9 | 12,35 | 213,4 | 2011 | 67/226 |
| Щи из квашеной капусты с курой и сметаной | 250/25/5 | 8,33 | 9,01 | 5,02 | 134,72 | 2008 | 85 |
| Мясо духовое | 300 | 18,5 | 19,86 | 77,2 | 578,11 | 2011 | 258 |
| Сок плодово - ягодный /яблочный/ | 200 | 0 | 0 | 23,3 | 92,9 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Груша свежая | 250 | 1,0 | 0,75 | 25,75 | 117,5 | 2011 | 338 |
| Булочка сырная с кунжутом | 100 | 13,3 | 10,3 | 46,0 | 313,3 | 2001 | 599 |
| **Итого за обед** |  | **1335** | **60,13** | **62,07** | **251,28** | **1787,93** |  |  |
| **6 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свеклы с зелёным горошком, маслом растительным, яйцо варёное | 80/20 | 3,43 | 8,46 | 7,833 | 137,1 | 2010 | 34/213 |
| Суп из овощей со сметаной говядиной отварной | 250/10/10 | 5,78 | 7,38 | 10,56 | 132,8 | 2008 | 95 |
| Зразы рубленые из кур с омлетом  | 100 | 15,1 | 12,2 | 36,3 | 277,8 | 2011 | 298 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 180/10 | 24,31 | 28,0414,0 | 54,693 | 303,6 | 2008 | 331 |
| Компот из свежих груш | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 118,0 | 2008 | 394 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Пирожок простой с яблочным фаршем | 100 | 5,5 | 8,2 | 43,8 | 273,3 | 2008 | 451 |
|  | Банан свежий | 250 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 132,17 | 2011 | 338 |
| Молоко в индивидуальной упаковке | 1/200 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 113 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1510** | **72,17** | **75,4314** | **284,566** | **1710,77** |  |  |
| **7 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат « Весна» с маслом растительным, сыр порционный | 100/20 | 9,1 | 13,7 | 9,5 | 194,8 | 2011 | 28/15 |
| Суп картофельный с горохом, говядиной и гренками  | 250/10/20 | 9,22 | 5,22 | 38,7 | 239,0 | 2008 | 99/73 |
| Котлета из филе птицы с соусом Весна» рубленая | 120 | 17,3 | 23,2 | 29,16 | 401,1 | 1996 | 454 |
| Пюре картофельное с маслом сливочным | 200/5 | 35,62 | 42,12 | 77,36 | 834,9 | 2008 | 335 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0,45 | 0,1 | 39,59 | 171,06 | 2013 | 679 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Яблоко свежее | 250  | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| Булочка творожная | 100 | 15,7 | 7,5 | 62,4 | 384,0 | 2010 | 483 |
| **Итого за обед** |  | **1375** | **96,49** | **97,34** | **324,54** | **2577,31** |  |  |
| **8 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат овощной с яблоками, маслом растительным, сельдь сл. соли | 100/25 | 8,0 | 8,8 | 9,8 | 139,0 | 2005 | 1.49 |
| Щи из свежей капусты с картофелем, свининой и сметаной  | 250/15/5 | 6,73 | 14,7 | 8,0 | 191,22 | 2008 | 84 |
| Плов из филе птицы | 320 | 17,6 | 19,5 | 45,1 | 432,0 | 2012 | 304 |
| Компот из свежих груш | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 118,0 | 2008 | 394 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5 | 2,5 | 8,5 | 87 | к/к | к/к |
| Булочка домашняя | 150 | 9,9 | 18,6 | 83,7 | 540,0 | 2008 | 467 |
|  | Груша свежая | 250 | 1,0 | 0,75 | 25,75 | 117,5 | 2011 | 338 |
| **Итого за обед** |  | **1540** | **56,43** | **69,45** | **249,63** | **1847,72** |  |  |
| **9 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свежих огурцов с маслом растительным\*, яйцо варёное | 150/40 | 6,62 | 20,86 | 5,22 | 235 | 2011 | 20/209 |
| Рассольник ленинградский с курой отварной и сметаной | 250/15/5 | 6,62 | 20,86 | 47,0 | 235 | 2008 | 91 |
| Котлета особая | 120 | 15,0 | 12,36 | 39,12 | 327,8 | 2010 | 269 |
| Рагу овощное | 200 | 4,7 | 9,0 | 15,3 | 158,7 | 2008 | 350 |
| Кисель из кураги | 200 | 0,7 | 0,1 | 37,0 | 151,0 | 2008 | 406 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | 4,0 | 2,3 | 26,0 | 143,75 | к/к | к/к |
| Банан свежий | 250 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 132,17 | 2011 | 338 |
| Ватрушка с творогом  | 75 | 6,2 | 10,05 | 20,05 | 263,48 | 1996 | 695 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5 | 2,5 | 8,5 | 87 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **1540** | **57,39** | **81,83** | **270,79** | **1841,9** |  |  |
| **10 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат картофельный с огурцами, маслом растительным, свинина отварная порционная | 100/20 | 10,15 | 8,5 | 27,55 | 250,3 | 2011 | 37/241 |
| Борщ сибирский с говядиной и сметаной | 250/10/10 | 11,2 | 12,26 | 19,6 | 207,54 | 2008 | 80 |
| Шницель рубленый | 100  | 15,0 | 15,4 | 12,6 | 250,0 | 2008 | 272 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 200/10 | 7,4 | 14,64 | 41,84 | 329,0 | 2008 | 331 |
| Сок плодово – ягодный /виноградный/ | 200 | 0,6 | 0,4 | 32,6 | 136,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | 4,8 | 2,55 | 20,1 | 108 | к/к | к/к |  |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 80 | 6,4 | 3,7 | 41,56 | 230,0 | к/к | к/к |
| Яблоко свежее | 250  | 1,1 | 1,1 | 26,95 | 129,45 | 2011 | 338 |
| Молоко в индивидуальной упаковке | 1/200 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 113 | к/к | к/к |
| Булочка творожная | 75 | 11,8 | 5,6 | 46,8 | 288,0 | 2010 | 483 |
| **Итого за обед** |  | **1565** | **74,55** | **69,45** | **279,7** | **2041,29** |  |  |
| **Всего за 10 дней** |  |  | **612,725** | **668,84** | **2764,173** | **19535,57** |  |  |
| **Средняя за 1 день** |  |  | **61,2** | **66,9** | **276,4** | **1953,5** |  |  |

* С 01.03. в рецептуре блюд лук репчатый заменяется на лук зелёным
* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А.
* - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей, Москва, Дели принт, 2013. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А
* - Сборник рецептур национадьных блюд и кулинарных изделий, издательство» Хлебпродинформ» , редакция Лапшиной В.Т.
* - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
* - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Москва, Дели принт, 2010,2012г.. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А
* Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов

|  |  |
| --- | --- |
| **Заказчик:**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 516 Невского района Санкт-Петербурга | **Исполнитель:**Акционерное общество «Комбинат социального питания «Волна» |
| Директор / Смирнова Л.В.Подписано электронной подписью | Генеральный директор / Яхина Н.О.Подписано электронной подписью |

Приложение № 3 к Договору № 516/10 от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024 г.

**Ассортиментный перечень основных групп продовольственных товаров и сырья для обеспечения социального питания в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга (вкладка школы и профессиональные училища)**

*Утвержденный Управлением социального питания доступен по ссылке: https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/socpit/documents/*

|  |  |
| --- | --- |
| **Заказчик:**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 516 Невского района Санкт-Петербурга | **Исполнитель:**Акционерное общество «Комбинат социального питания «Волна» |
| Директор / Смирнова Л.В.Подписано электронной подписью | Генеральный директор / Яхина Н.О.Подписано электронной подписью |