


УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Школьное питание Зелёный Дол»

 Г.Р. Халидуллина



Примерное двенадцатидневное меню
для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся
начальных классов общеобразовательных организаций
на 2020-2021 учебный год

**Общество с ограниченной ответственностью
«Школьное питание»**

Новостроительная ул., д. 2/4, Зеленодольск, Республика Татарстан, 422540
тел./факс (84371) 5-43-50
Email: zdshkolpit@yandex.ru
ОКПО 40684020, ОГРН 1131673002031
ИИН/КПП 1648036440/164801001

09.09.2020 № 36

Руководителю Управления Роспотребнадзора
по Республике Татарстан

М.А. Патячиной.

Уважаемая Марина Александровна!

ООО «Школьное питание» просит рассмотреть циклическое меню, разработанное во исполнение пункта 5 перечня поручений Президента РФ для организации одноразового бесплатного горячего питания обучающихся начальных классов в общеобразовательных организациях.

Меню разработано с учетом имеющихся условий на пищеблоках школ города, с которыми заключены договора на организацию питания учащихся и в соответствии методических рекомендаций МР 2.4.0179-20 раздела 2 п. 5 с соблюдением требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ.

Основная часть пищеблоков школ г. Зеленодольска по проекту являются доготовочными предприятиями, отсутствуют зоны для приготовления салатов с соответствующим оборудованием, низкотемпературное холодильное оборудование для приемки и хранения замороженных полуфабрикатов.

На сегодняшний день не доведены технико-технологические карты (ТТК), утвержденные разработчиком направленного меню.

На основании вышеизложенного, просим рассмотреть вариант предложенного меню. Технологические карты будут направлены по требованию.

Директор



Г.Р. Халиуллина

Михтаудинова Г.Г.
Тел. 5-43-50

Примерное двенадцатидневное меню для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций

Вид меню: Меню с 1-4 кл.

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», 2004г.

1-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Блюда и Гарнир			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно		030	0,24	0,03	0,8	4	0,01	0,01	3,06	0,02	0,06	7,04	12,85	4,38	0,18
2	Биточки "Дружба"	ТТК	080	11,87	13,1	10,76	209	0,08	0,13	0,12	0,02	3,68	16,47	110,67	17,18	1,15
3	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	№ 510, таблица №	150/3	4,52	8	22,15	179	0,03	0,02	0	0,08	0,62	13,49	108,64	71,5	2,44
4	Чай с сахаром с лимоном	№ 686	200/7	0,26	0,06	16,22	59	0	0,01	2,9	0	0,09	8,05	9,78	5,24	0,9
5	Хлеб цельнозерновой ржаной		020	1,17	0,19	8,88	44	0,04	0,01	0	0	0,19	3	9,75	2,1	0,16
6	Хлеб белый		030	2,82	0,93	15,6	83	0,11	0,04	0	0	1,07	7,2	25,59	9,66	0,81
Итого по группе:				21	22	73	578	0,27	0,22	6,08	0,12	5,72	55,25	277,28	109,96	5,64

1-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Блюда и Гарнир			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Десерт фруктовый		100	0,9	0,2	8,1	40	0,04	0,03	60	0,05	0,2	34	23	13	0,3
2	Биточки рыбные	ТТК	080	9,82	4,51	11,75	127	0,08	0,1	0,51	0,02	1,38	50,27	130	22,36	1,01
3	Пюре картофельное	№ 520	150	3,09	5,45	18,26	146	0,14	0,11	16,18	0,06	1,55	39,38	86,67	27,94	1,02
4	Кофейный напиток	ТТК	200	0,8	0,4	15,37	62	0	0	0	0	0	0,3	0	0	0,04
5	Хлеб цельнозерновой ржаной		020	1,17	0,19	8,88	44	0,04	0,01	0	0	0,19	3	9,75	2,1	0,16
6	Хлеб белый		030	2,82	0,93	15,6	83	0,11	0,04	0	0	1,07	7,2	25,59	9,66	0,81
Итого по группе:				19	12	78	502	0,36	0,29	78,67	0,15	4,17	134,15	275,01	75,06	3,34

1-я неделя / 3. среда

№ п/п	Блюда и Гарнир			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Гуляш из говядины	№ 437	80	11,8	10,52	2,64	153	0,03	0,08	0,58	0,04	1,78	14,29	10,12	3,27	0,23
2	Макаронные изделия отварные	№ 332, 516	150	5,22	4,79	32,03	186	0,06	0,02	0	0,05	0,51	11,23	36,88	8,39	0,84
3	Чай с сахаром	№ 685	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	0	0,08	5,25	8,24	4,4	0,86
4	Хлеб белый		030	2,82	0,93	15,6	83	0,11	0,04	0	0	1,07	7,2	25,59	9,66	0,81
Итого по группе:				20	16	65	481	0,2	0,15	0,66	0,09	3,44	37,97	80,83	25,72	2,74

1-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Блюда и Гарнир			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Десерт фруктовый		100	0,9	0,2	8,1	40	0,04	0,03	60	0,05	0,2	34	23	13	0,3
2	Овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно		020	0,16	0,02	0,53	3	0,01	0,01	2,04	0,01	0,04	4,69	8,57	2,86	0,12
3	Жаркое "Рябуща"	ТТК	200	14,11	14,49	20,43	272	0,08	0,12	11,23	1	3,90	48,14	132,88	33,58	1,7
4	Кофейный напиток	ТТК	200	0,8	0,4	15,37	62	0	0	0	0	0,3	0	0	0,04	
5	Хлеб цельнозерновой ржаной		020	1,17	0,19	8,88	44	0,04	0,01	0	0	0,19	3	9,75	2,1	0,16
6	Хлеб белый		030	2,82	0,93	15,6	83	0,11	0,04	0	0	1,07	7,2	25,59	9,66	0,81
Итого по группе:				20	16	69	504	0,28	0,21	73,27	1,06	5,49	97,33	199,79	61,2	3,13

1-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Блюда и Гарнир			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Биточки "Солнышко"	ТТК	080	12,56	10,13	7,8	171	0,05	0,11	0,65	0	2,92	14,52	115,02	20,87	1,1
2	Каша вязкая	таблица № 4	150	4,14	4,8	24,29	156	0,08	0,04	0	0,05	0,43	20,32	95,3	21,78	1,62
3	Чай с сахаром	№ 685	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	0	0,08	5,25	8,24	4,4	0,86
4	Батон	ТТК	030	2,27	0,76	15,84	80	0,03	0,01	0	0	0,32	4,74	16,82	3,53	0,25
5	Мучное изделие		050	5,83	4,35	24,32	162	0,05	0,08	0,04	0,03	0,52	34,27	60,71	9,3	0,52
Итого по группе:				25	20	87	626	0,21	0,25	0,99	0,08	4,27	79,1	296,09	59,88	4,35

1-я неделя / 6. суббота

№ п/п	Блюда и Гарни			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Каша вязкая молочная с маслом сливочным	таблица № 4	150/10	4,36	6,85	31,19	203	0,04	0,09	0,97	0,07	0,51	93,68	116,47	26,75	0,4
2	Сыр порционный	№ 3	026	4,6	5,8	0	72	0,01	0,06	0,32	0,09	0,03	200	108	10	0,22
3	Кофейный напиток с молоком	204.09	200	3,6	3,6	20,07	120	0,04	0,15	1,3	0,03	0,1	120,3	90	14	0,1
4	Хлеб белый	300.4	030	2,92	0,93	15,6	83	0,11	0,04	0	0	1,07	7,2	25,59	9,66	0,81
5	Хлеб целебный ржаной	300.53	020	1,17	0,19	8,88	44	0,04	0,01	0	0	0,19	3	9,75	2,1	0,16
6	Ватрушка с творогом	268.19	076	8,24	7,11	29,38	216	0,06	0,11	0,03	0,04	0,65	45,1	82,54	12,25	0,66
Итого по группе				25	24	105	738	0,3	0,46	2,62	0,23	2,53	489,25	432,35	74,76	2,35

2-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Блюда и Гарни			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно		030	0,24	0,03	0,8	4	0,01	0,01	3,06	0,02	0,06	7,04	12,85	4,28	0,18
2	Котлеты "Крепыш"	ТТК	080	13,2	14,8	10,41	228	0,05	0,11	0,14	0,02	3,36	12,74	61,9	9,88	0,81
3	Макаронные изделия отварные	№ 332, № 516	150	5,21	4,79	31,93	187	0,06	0,02	0	0,05	0,51	11,21	36,78	8,37	0,83
4	Кофейный напиток с молоком	204.09	200	3,6	3,6	20,07	120	0,04	0,15	1,3	0,03	0,1	120,3	90	14	0,1
5	Батон	208	030	2,18	0,73	14,39	74	0,02	0,01	0	0	0,29	4,03	13,12	3,11	0,2
6	Хлеб целебный ржаной	300.53	020	1,17	0,19	8,88	44	0,04	0,01	0	0	0,19	3	9,75	2,1	0,16
Итого по группе				26	24	86	657	0,22	0,31	4,5	0,12	4,51	158,32	224,4	41,74	2,28

2-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Блюда и Гарни			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
комплекс 1																
1	Говядина из говядины (2 вариант)	ТТК	080	10,42	15,17	10,23	220	0,06	0,1	1,67	0,01	2,28	43,21	121,66	22,32	1,07
2	Пюре картофельное	№ 520	150	3,09	5,45	18,26	146	0,14	0,11	16,16	0,08	1,35	39,38	86,67	27,94	1,02
3	Чай с сахаром	№ 585	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,1	0	0,08	5,25	6,24	4,4	0,86
4	Хлеб белый		030	2,82	0,93	15,6	83	0,11	0,04	0	0	1,07	7,2	25,59	9,66	0,81
5	Хлеб целебный ржаной		020	1,17	0,19	8,88	44	0,04	0,01	0	0	0,19	3	9,75	2,1	0,16
6	Мучное изделие		050	5,83	4,35	24,32	162	0,05	0,08	0,04	0,03	0,52	34,27	60,71	9,3	0,62
Итого по группе				24	26	92	712	0,4	0,35	19,97	0,12	5,47	132,31	312,62	75,72	4,44

2-я неделя / 3. среда

№ п/п	Блюда и гарниры			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1	комплекс 1															
1	Овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно		070	0.16	0.02	0.53	3	0.01	0.01	2.04	0.01	0.04	4.69	6.57	2.86	0.12
2	Десерт фруктовый		100	1.5	0.5	21	96	0.04	0.05	10	0	0.6	8	26	42	0.6
3	Филе птицы в сметанном соусе	ГТК	90	13.71	28.45	6.29	334	0.07	0.12	4.64	0.12	5.45	149.52	170.51	26.71	2.42
4	Каша гречневая вязкая	№ 510, табл. № 4	150	4.51	5.53	22.13	156	0.03	0.02	0	0.05	0.62	13.14	108.08	71.49	2.43
5	Чай с сахаром	№ 685	200	0.2	0.05	15.01	57	0	0.01	0.1	0	0.08	5.25	8.24	4.4	0.86
6	Хлеб белый		030	2.82	0.93	15.6	63	0.11	0.04	0	0	1.07	7.2	26.69	9.66	0.81
7	Хлеб цельнозерновой		020	1.17	0.19	8.88	44	0.04	0.01	0	0	0.19	3	9.75	2.1	0.16
	Итого по группе:			24	35	89	775	0.3	0.28	16.78	0.18	8.05	190.8	358.74	159.22	7.4

2-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Блюда и гарниры			Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (Ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	PP	Ca	P	Mg	Fe
1	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	комплекс 1															
1	Овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно		030	0.24	0.03	0.8	4	0.01	0.01	3.06	0.02	0.06	7.04	12.85	4.26	0.18
2	Колбаса отварная	№ 413	080	10.24	17.76	1.2	206	0.18	0.12	0	8	1.92	23.2	142.4	17.6	1.36
3	Рис отварной	№ 511	150	3.66	6.05	33.96	212	0.02	0.02	0	0.07	0.67	3.97	62.71	19.71	0.81
4	Чай с сахаром с лимоном	№ 686	200/7	0.26	0.06	15.22	59	0	0.01	2.9	0	0.09	8.05	9.76	5.24	0.9
5	Батон	ГТК	030	2.16	0.75	14.39	74	0.02	0.01	0	0	0.29	4.03	13.12	3.11	0.2
6	Хлеб цельнозерновой		020	1.17	0.19	8.88	44	0.04	0.01	0	0	0.19	3	9.75	2.1	0.16
	Итого по группе:			18	25	74	599	0.27	0.18	5.96	8.09	3.22	49.29	250.61	62.04	3.41

