

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
Район: общеобразовательные организации						четверг				Сезон: осенне-весенний																
Неделя: 2						Возраст: 12-18 лет																				
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Са	Р	F	Se	К	I	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
Завтрак																										
28,01	Фрукт порционно /яблоко	120-150	0,4	0,4	10	42,70	0,04	0,02	10	0	0,2	16	11	0	0	1,7	0	5	0,12							
279,36	Тфтели «Детские» тушёные в овощном соусе	100	13,9	19,23	6,72	255	0,21	0,16	0,15	0,044	0	20,52	166,64	0,022	0,066	26,51	0,05	26,25	2,07							
318,00	Овощи, тушённые в молочном соусе	100	2,06	1,88	8,83	60,6	0,05	0,06	8,15	0,01	0	42,1	51,56	0	0	251,5	0	20,96	0,58							
407,00	Сок фруктовый	200	0,20	0,26	22,20	86,39	0,02	0,1	4,8	0	0	14	28,7	0,1	0,2	202	0	10	0,24							
5,10	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	177,60	0,08	0,02	1,18	0	0	10	32,5	0,7	0	9,2	0,02	0	0,88							
Итого за завтрак			22,6	22,4	87,1	622,4	0,4	0,4	24,3	0,1	0,2	102,6	290,4	0,8	0,3	490,9	0,1	62,2	3,9							
Обед (полноценный рацион питания)																										
10,01	Салат из свежих овощей «Ассорти», заправленный растительным маслом	100	1,0	5,2	3,6	64,3	0,1	0,11	22,66	0,03	0,00	93,8	35,2	0	0,03	16,83	0,03	38	0,10							
* 7,03 з п	Салат «Витаминный», заправленный растительным маслом	100	3,2	4,2	13	85	0,083	0,05	38,3	0	0	49,6	72,3	0	0,066	153,4	0	12,7	0,9							
99,21	Суп овощной «Детний» на бульоне	250	6,22	9,6	11,82	155,75	0,25	0,18	10,48	0,15	0	27,87	89,35	0,053	0,71	38,68	0,025	23,38	0,11							
436,99	Картофель, тушёный с мясными изделиями /жаркое по-домашнему	250	13,76	14,78	34,55	331,08	0,24	0,14	3,9	0,09	0,032	32,28	121,68	0,065	0,026	116,36	0,0032	50,72	1,94							

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	0,06	0,02	20,73	78,2	0	0	2,5	0,02	0	4	3,3	0	0	0,45	0	1,7	0,15
5,08	Хлеб ржано- пшеничный	70	1,84	0,33	23,9	126,7	0,12	0,06	0	0	0	24,5	110,6	0,016	0	17,1	0,03	32,9	1,33
5,01	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,4	24,3	117,5	0,06	0,02	1	0	0	10,0	32,5	0,73	0	6,5	0	0	0,44
Итого за обед (полноценный рацион питания)			26,7	30,3	118,9	873,5	0,8	0,5	40,6	0,3	0	192,5	392,6	0,9	0,8	195,9	0,1	146,7	4,1
Итого за обед (зимний период)			28,8	29,3	128,3	894,2	0,8	0,4	56,3	0,3	0	148,3	429,7	0,9	0,8	332,5	0,1	121,4	4,9
Итого за 2 приёма пищи			49,3	52,7	206	1495,9	1,2	0,9	64,9	0,3	0,2	295,1	683,0	1,7	1,0	686,8	0,2	208,9	8
Итого за 2 приёма пищи (замена)			51,5	51,7	215,4	1516,6	1,2	0,8	80,6	0,3	0,2	250,9	720,1	1,7	1,1	823,4	0,1	183,6	8,8

ПРИМЕЧАНИЕ: * замена на зимний период

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Район: общеобразовательные организации

пятница

Сезон: осенне-
весенний

Неделя: 2

Возраст:

12-18 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге тическа я ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Са	Р	F	Se	К	I	Mg	Fe				
Завтрак																							
28,02	Фрукт порционно /апельсин	120- 150	0,9	0,2	8,1	40	0,04	0,03	6	0,05	0	34	23	0	0,05	18,1	0	13	0,3				
340,2	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	15,5	11,1	3,9	187,1	0,09	0,57	0,52	0,03	0,247	131,1	169,7	0,08	0,04	27,05	0,28	22,84	0,25				
430	Чай чёрный с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	58	0	0,01	0,9	0,0001	0	5,25	8,24	0,6	0	15,83	0	4,4	0,87				
5,10	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	177,6	0,08	0,02	1,18	0	0	10	32,5	0,7	0	9,2	0,02	0	0,88				
Итого за завтрак			22,7	12	66	462,2	0,21	0,63	8,60	0,08	0,2	180,4	233,5	1,4	0,1	70,2	0,30	40,2	2,30				
Обед (полноценный рацион питания)																							
72,26	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	100	1,58	5,17	8,61	87,80	0,05	0,05	15,5	0,01	0	29,91	44,81	0,15	0,03	24,63	0,02	20,5	0,86				

Заказчик:  И.Г. Рыкова

Исполнитель:  С. К. Кондрев

37

№	Наименование	Ед. изм.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	Суп карбонадный с клёпками на бульоне	350	6,3	5,2	23,87	170,4	0,09	0,08	1,2	0,06	0,03	31,03	80,18	0,08	0,02	9,37	0,03	10,91	1,13			
267,90	Котлета куриная запечённая с овощами	100	18,38	17,81	45,46	379,32	0,088	0,12	0,94	0,08	0,066	34,31	184,7	1,13	0,15	19,07	0,44	40,28	0,98			
1,4	Капуста тушёная белокочанная /цветная капуста отварная	180	4,96	7,46	14,50	121	0,09	0,10	114,42	1,15	0	133,77	92,25	0	0	0	0	46,89	1,74			
407	Сок фруктовый	200	0	0,3	22,2	86,4	0,02	0,10	4,8	0	0	14,00	28,70	0,1	0,2	202	0	10	0,2			
5,08	Хлеб ржано-пшеничный	70	1,84	0,33	23,9	126,7	0,12	0,06	0	0	0	24,5	110,6	0,016	0	17,1	0,03	32,9	1,33			
5,01	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	117,5	0,06	0,02	1	0	0	10	32,5	0,73	0	6,5	0	0	0,44			
Итого за обед (полноценный рацион питания)			37,1	36,6	162,8	1089,1	0,5	0,53	138,0	1,3	0,093	277,5	573,8	2,2	0,4	278,7	0,51	161,4	6,72			
Итого за 2 приёма пищи			59,7	48,6	229,1	1551,3	0,7	1,2	146,6	1,4	0,3	457,9	807,2	3,6	0,5	348,8	0,8	201,7	9			

Приложение № 2

к Контракту № 35/1 от 01

сентября 2023 г.

ПЕРЕЧЕНЬ
пищевой продукции для использования при организации питания
в общеобразовательных организациях при реализации
типового регионального меню

№ п/п	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции
1	2	3
1.	Абрикосы свежие	ГОСТ 32787/2014
2.	Абрикосы сушённые без косточки (курага)	ГОСТ 32896-2014
3.	Апельсины свежие	ГОСТ 34307/2017
4.	Баклажаны свежие	ГОСТ 31821-2012
5.	Бананы свежие	ГОСТ Р 51603-2000
6.	Брусника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
7.	Варенье	ГОСТ 34113-2017
8.	Виноград сушёный	ГОСТ 6882-88.
9.	Вишня быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
10.	Горох шлифованный целый или колотый	01.11.2020 ГОСТ 28674-2019
11.	Горошек зелёный быстрозамороженный	ГОСТ Р 54683-2011
12.	Горошек зелёный консервированный	ГОСТ 34112-2017
13.	Груши свежие	ГОСТ 33499/2015
14.	Джем	ГОСТ 31712-2012
15.	Зелень свежая (лук, укроп)	ГОСТ 34214-2017, ГОСТ 32856-2014
16.	Йогурт или биоЙогурт	ГОСТ 31981/2013

1	2	3
17.	Кабачки (цукини) быстрозамороженные	ГОСТ Р 54683-2011
18.	Кабачки свежие	ГОСТ 31822-2012
19.	Какао-напиток витаминизированный быстрорастворимый	ГОСТ 108-2014
20.	Капуста белокочанная свежая раннеспелая, среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая	ГОСТ Р 51809-2001
21.	Капуста брокколи быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
22.	Капуста брюссельская быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
23.	Капуста квашеная	ГОСТ 34220-2017
24.	Капуста китайская (пекинская) свежая	ГОСТ 34323-2017
25.	Капуста свежая очищенная в вакуумной упаковке (белокочанная или краснокочанная)	ТУ изготовителя
26.	Капуста цветная быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
27.	Капуста цветная свежая	ГОСТ 33952-2016.
28.	Картофель продовольственный свежий	ГОСТ 7176-2017
29.	Картофель свежий очищенный в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
30.	Киви свежие	ГОСТ 31823/2012
31.	Кисель	ГОСТ 18488-2000
32.	Кислота лимонная	ГОСТ 908-2004
33.	Клубника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
34.	Клюква быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
35.	Икра овощная из кабачков	ГОСТ 2654-2017
36.	Консервы рыбные	ГОСТ 7452-2014, ГОСТ 32156-2013
37.	Крахмал картофельный	ГОСТ Р 53876-2010
38.	Крупа гречневая ядрица	ГОСТ Р 55290-2012
39.	Крупа кукурузная шлифованная	ГОСТ 6002-69
40.	Крупа манная	01.11.2020 ГОСТ 7022-2019
41.	Крупа овсяная	ГОСТ 3034-75
42.	Крупа пшеничная	ГОСТ 276-60
43.	Крупа пшено шлифованное	ГОСТ 572-2016
44.	Крупа рис шлифованный	ГОСТ 6292-93

1	2	3
45.	Крупа ячменная перловая	ГОСТ 5784-60
46.	Кукуруза сахарная в зёрнах, консервированная	ГОСТ 34114-2017
47.	Лавровый лист	ГОСТ 17594-81
48.	Лимоны свежие	ГОСТ 34307/2017
49.	Лук репчатый свежий	ГОСТ 34306-2017
50.	Лук репчатый свежий очищенный в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
51.	Мак пищевой	ГОСТ Р 52533-2006
52.	Макаронные изделия группы А (вермишель, лапша) яичные	ГОСТ 31743-2017
53.	Малина быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
54.	Мандарины свежие (не ниже 1-го сорта)	ГОСТ 34307/2017
55.	Масло подсолнечное	ГОСТ 1129-2013
56.	Масло сладко-сливочное несоленое	ГОСТ 32261-2013
57.	Мёд натуральный	ГОСТ 19792-2017
58.	Молоко питьевое	ГОСТ 32252-2013 ГОСТ 31450-2013
59.	Молоко цельное ступённое с сахаром	ГОСТ 31688-2012
60.	Молоко стерилизованное концентрированное	ГОСТ 3254/2017
61.	Морковь столовая свежая	ГОСТ 32284-2013
62.	Мука пшеничная хлебопекарная	ГОСТ 26574-2017
63.	Мясо, замороженное в блоках (говядина) для детского питания	ГОСТ 31799-2012
64.	Мясо индейки охлаждённое, замороженное	ГОСТ Р 52820-2007
65.	Натрий двууглекислый (сода пищевая)	ГОСТ 2156-76
66.	Нектарины свежие	ГОСТ 34340/2017
67.	Нектары фруктовые и фруктово-овощные	ГОСТ 32104-2013
68.	Огурцы консервированные без добавления уксуса	ТУ производителя
69.	Огурцы свежие	ГОСТ 33932-2016

1	2	3
70.	Огурцы солёные стерилизованные (консервированные без добавления уксуса)	ГОСТ 34220-2017
71.	Перец сладкий свежий	ГОСТ 34325-2017
72.	Фрукты шиповника сушёные	ГОСТ 1994-93
73.	Повидло	ГОСТ 32099-2013
74.	Полуфабрикаты мясные крупнокусковые бескостные	ГОСТ Р 54754-2011
75.	Полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса индейки охлаждённые, замороженные	ГОСТ 31465-2012
76.	Полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса кур и мяса цыплят-бройлеров охлаждённые, замороженные	ГОСТ 31465-2012
77.	Полуфабрикаты мясные рубленые замороженные для детского питания	ГОСТ 32967-2014 ГОСТ Р 55366-2012
78.	Полуфабрикаты в тесте замороженные для детского питания	ГОСТ 32967-2014 ГОСТ 32750-2014
79.	Редис свежий	ГОСТ 34216-2017
80.	Рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай, хек, окунь морской, судак, кефаль, горбуша, кета, нерка, семга, форель)	ГОСТ 32366-2013
81.	Салат свежий (листовой, кочанный)	ГОСТ 33985-2016
82.	Сахар-песок или сахар белый кристаллический	ГОСТ 33222-2015
83.	Сахар-песок или сахар белый кристаллический порционный	ГОСТ 33222-2015
84.	Свёкла свежая очищенная в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
85.	Свёкла столовая свежая	ГОСТ 32285-2013
86.	Сиропы на плодово-ягодном, плодовом или ягодном сырье (без консервантов) в ассортименте	ГОСТ 28499-2014
87.	Слива свежая	ГОСТ 32286/2013

1	2	3
88.	Сметана	ГОСТ 31452-2012
89.	Смородина чёрная быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
90.	Соль поваренная пищевая выварочная йодированная	ГОСТ Р 51574-2018
91.	Субпродукты – печень	ГОСТ 31799-2012
92.	Сухари панировочные из хлебных сухарей высшего сорта	ГОСТ 28402-89
93.	Сыры полутвёрдые	ГОСТ 32260-2013
94.	Творог (не выше 9 % жирности)	ГОСТ 31453-2013
95.	Томатная паста или томатное пюре без соли	ГОСТ 3343-2017
96.	Томаты свежие	ГОСТ 34298-2017
97.	Тушки цыплят-бройлеров потрошённые охлаждённые, замороженные	ГОСТ Р 52306-2005
98.	Фасоль продовольственная белая или красная	ГОСТ 7758-75
99.	Фруктовая смесь быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
100.	Фрукты косточковые сушёные (чернослив)	ГОСТ 32896-2014
101.	Хлеб белый из пшеничной муки	ГОСТ 26987-86, ГОСТ 31752-2012.
102.	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	ГОСТ 31752-2012, ГОСТ 31807-2018, ГОСТ 26983-2015
103.	Хлеб зерновой	ГОСТ 25832-89
104.	Хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обогащенный витаминами и минералами	ТУ изготовителя
105.	Хлопья овсяные (вид геркулес, экстра)	ГОСТ 21149-93
106.	Чай чёрный байховый в ассортименте	ГОСТ Р 32573-2013
107.	Черешня свежая	ГОСТ 33801/2016
108.	Яблоки свежие	ГОСТ 34314/2017
109.	Ядро ореха грецкого	ГОСТ 16833-2014
110.	Яйца куриные столовые	ГОСТ 31654-2012

Заказчик:



И. Г. Иванова

Исполнитель:



С. К. Кондрев