

Согласовано:

Заказчик в лице
Директора ГБОУ СОШ №229
Адмиралтейского района



Н.А. Петрова

«__» _____ 2021г.

Утверждаю:

Исполнитель в лице
Генерального директора
АО «КСП Красносельского района»



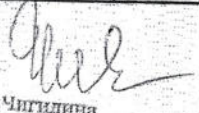
Р.В. Савинов

«__» _____ 2021г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню
рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания
учащимся в возрасте 12-18 лет общеобразовательных учреждений Санкт-
Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств
бюджета Санкт-Петербурга (осень-зима)

Приложение №4 к контракту _____ от _____
 Цисличное двухдневное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)
 для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга
 (Осень-Зима)

Наименование	Выход г	Технологи- ческая и нормативная документа- ция /борник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды	Энергетиче- ская цен- ность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
1 день							
Завтрак							
Мультифрукт с йогуртом	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131
Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	2008	189	8,51	8,9	31,48	236
Булочка с маком	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134
Чайно-бисквитный обогащенный микроэлементами	25	н/к	2	2	1,16	12,99	71,89
Сливочное печенье	100	н/к	9	0,4	0,4	9,8	44,4
Итого за прием пищи:	560			18,31	21,66	86,47	617,29
Обед							
Салат из овощей огурцов с луком	100	2008	20	2,7	5,1	2,6	67
Рисовый запеканочный со сметаной	250/5	2012	76	4,14	5,22	25,64	139
Пюре картофельное с говядиной запеченной	100	2012	282	12,08	13,27	10,76	211
Салат картофельный	180	2008	335	3,7	6,48	24,3	169
Винегрет с курагой	200	2008	406	0,7	0,1	37	151
Чай фруктово-ягодный обогащенный микроэлементами	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Чайно-бисквитный обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Итого за прием пищи:	915			29,72	33,72	141,48	944
Итого за день:				48,03	55,38	227,95	1561,64
2 день							
Завтрак							
Мультифрукт с йогуртом	25	2008	1	1,1	6,4	7,5	110
Запеканка из творога со стуженым молоком	200/15	2008	224	25,27	25,14	45,72	476
Мультифрукт с йогуртом	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107
Мультифрукт с йогуртом	150	н/к	3	1,2	0	11,25	47
Итого за прием пищи:	590			29,07	32,84	86,87	740

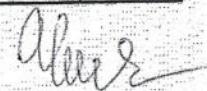

 Проверил: Г.Ю. Чигидина
 30.08.21

Обед							
Суп куриный	100	2008	40	1,6	5,1	7,7	83
Суп куриный с картофелем, зеленью и растительным маслом	250/5/10	2012	57	3,54	8,18	15,72	129
Суп куриный с овощами	300	2012	252/318	18,5	18,54	29,8	397
Суп куриный с грибами	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115
Суп куриный с овощами и зеленью	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Суп куриный с картофелем	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Суп куриный с грибами	945			30,24	35,57	122,3	931
Итого за день				59,31	68,41	209,17	1671

Наименование	Выход г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептур или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

3 дня							
Завтрак							
Суп куриный	40	2008	2	1,2	4,3	22	132
Суп куриный с картофелем и зеленью	200	2008	189	7,22	8,25	28,38	230
Суп куриный	200	2008	430	0,2	0	15	60
Суп куриный с грибами	30	н/к	5	2,25	3,09	14	83
Суп куриный с овощами и зеленью	30	н/к	2	2,4	1,16	12,99	72
Суп куриный с картофелем и зеленью	1/125	н/к	13	4,7	4	6,3	109
Итого за день	625			17,97	20,8	98,67	686,19

Обед							
Суп куриный	100	2008	51	1,3	8,2	6,6	110
Суп куриный с картофелем и картошкой	250	2012	82	3,87	2,80	19,00	115
Суп куриный	100	2012	90	15,70	15,90	3,10	216
Суп куриный с овощами	180	2008	323	4,32	5,52	45,24	230
Суп куриный с грибами	200	2008	399	0,5	0,1	30	140
Суп куриный с овощами и зеленью	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Суп куриный с картофелем	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Итого за день	910			32,09	36,07	145,12	1018
Итого за 3 дня				50,06	56,87	243,79	1704


 Проверил: Т.Ю. Чигдина
 30.08.21

Наименование	Выход г	Технологи- ческая и нормативная документа- ция (сборник рецептур)	№ рецептур или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая цен- ность, ккал
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

4 день

Завтрак

Сырешко с маслом	25	2008	1	1,1	6,4	7,5	110
Каша овсяная	200	2008	214	19,2	25,16	7,62	377
Чай зеленый с сахаром	200/7	2008	431	0,3	0,1	15,2	62
Сок апельсиновый витаминизированный	25	н/к	2	2	1,16	12,99	72
Пюре банановое	100	н/к	11	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак	557			23	33,12	53,61	667,89

Обед

Суп "Сливки" с рисом отварной и маслом растительным	100	2008	30	3,6	10,2	7,8	137
Суп картофельный с грибами и травами	250/10	2012	81/116	7,70	4,58	28,23	185
Пюре картофельное, пюре мясное	100/30	2012	308/350	11,20	8,40	12,50	177
Пюре банановое	180	2008	325	4,40	7,60	35,28	244
Салат фруктовый с заправкой	200	2008	442	1,00	0,20	19,17	92
Сок апельсиновый витаминизированный	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Сок апельсиновый витаминизированный	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Итого за обед	950			34,30	34,53	144,16	1042
Итого за день				57,30	67,65	197,77	1709,86

Наименование	Выход г	Технологи- ческая и нормативная документа- ция (сборник рецептур)	№ рецептур или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергети- ческая цен- ность, ккал
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

5 день

Завтрак

Сырешко с маслом	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131
Каша овсяная "Арктическая"	200	2008	328	8,53	13,46	48,26	373
Чай зеленый с сахаром	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107
Сок апельсиновый витаминизированный	25	н/к	2	2	1,16	12,99	72
Пюре банановое	100	н/к	3	0,8	0	7,5	38
Итого за завтрак	560			17,33	24,62	98,55	720,89

Проверил: П.Ю. Чигидина

30.08.21

Обед							
Сытный суп с говядиной и картофелем	100	2008	64	3,16	10,33	9,33	143
Сытный суп с курицей и картофелем	250/10	2014	62	4,8	5,05	13,02	132
Сытный суп с говядиной, картофелем	100/20	2014/2008	80/371	10,13	11,5	15,4	210
Сытный суп с курицей	180	2008	333	3,48	5,64	28,2	178
Сытный суп с говядиной	200	2008	401	0,5	0,1	28,1	116
Сытный суп с говядиной обогащенный микроэлементами	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Сытный суп с курицей обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Сытный суп с говядиной н.д.м 1,2%	1/125	н/к	13	4,7	4	6,3	109
Сытный суп с курицей	1065			33,17	40,17	141,53	1095
Итого за день				50,50	64,79	240,08	1815

Наименование	Выход г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептур или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды	Энергетическая ценность, ккал
				Всего	Всего	Всего	

- 6 дней

Завтрак							
Сытный суп с говядиной	40	2008	2	1,2	4,3	22	132
Сытный суп с курицей с маслом сливочным	200	2008	189	6,58	9,67	18,04	210
Сытный суп с говядиной	200	2008	330	0,2	0	15	60
Сытный суп с говядиной обогащенный микроэлементами	25	н/к	2	2	1,16	12,99	72
Сытный суп с курицей	50	н/к	5	4,8	5,1	37,1	208
Сытный суп с говядиной	100	н/к	9	0,4	0,4	9,8	44,4
Итого за день	615			15,18	20,63	114,93	726,29

Обед

Сытный суп с говядиной	100	2012	18	3,5	8,8	3,5	118
Сытный суп с курицей	250/20	2012/2008	77/228	5,3	2,93	15,56	134
Сытный суп с говядиной	100/30	АКП*	14	21,7	14,9	14,10	242
Сытный суп с курицей	180	2008	331	5,9	5,76	35,56	229
Сытный суп с говядиной	200	2008	442	1	0,2	19,17	92
Сытный суп с говядиной обогащенный микроэлементами	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Сытный суп с курицей обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Итого за день	960			43,8	36,14	129,07	1022
Итого за день				58,98	66,77	244,00	1748

Проверил: Г.Ю. Чигидина
30.08.11

Наименование	Выход г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
7 день							
Завтрак							
Сметана 20%	60	2008	9	6,8	14,4	14,8	216
Сметана 20% (сметана)	200	2008	189	7,22	8,25	29,41	230
Сметана 20%	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107
Сметана 20% (сметана)	25	к/к	2	2	1,16	12,99	72
Сметана 20%	100	к/к	11	0,4	0,3	10,3	47
Всего за прием пищи	585			17,92	25,41	89,9	671,89
Обед							
Сметана 20% (сметана) с маслом растительным, айран	80/20	2011	52/209	7,07	8,75	4,5	125
Сметана 20% (сметана) с маслом и сметаной	250/10/5	2012	70	2,4	2,37	23,98	107
Сметана 20% (сметана) с маслом	250	2008	258	17,9	15	33,7	268
Сметана 20%	200	2008	399	0,5	0,1	34	141
Сметана 20% (сметана) с маслом и сметаной	40	к/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Сметана 20% (сметана) с маслом	40	к/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Сметана 20% (сметана) с маслом, м.ж 3,2%	1/125	к/к	13	4,7	4	6,3	109
Всего за прием пищи	1020			38,97	33,97	145,66	957
Всего за день				56,89	59,38	235,56	1628,89

Наименование	Выход г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
8 день							
Завтрак							
Сметана 20%	200	2008	215	23,17	30,66	3,33	415
Сметана 20% (сметана) с маслом	40	АКП*	7	1,2	0,1	2,6	18
Сметана 20% (сметана) с маслом и лимоном	200/7	2008	431	0,3	0,1	15,2	62
Сметана 20% (сметана) с маслом	25	к/к	2	2	1,16	12,99	72
Сметана 20%	100	к/к	10	0,9	0,2	8,13	43,33
Всего за прием пищи	572			27,57	32,22	42,25	610,22

Проверил: Т.Ю. Чигидина

30.08.21

Наименование	Единица	Количество	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Салат картофельный с шпиком	кг	27	1,33	7,9	7,2	112
Суп из овощей со сметаной	кг	64	3,17	5,11	9,36	101
Вяцы рубленные из кур с сметаной	кг	33	15,88	7	9,2	211
Рыб отварной	кг	325	4,44	7,56	37,12	244
Компот из свежих яблок	кг	204	0,2	0,2	27,9	115
Хлеб ржаной-пшеничный	кг	1	3,2	1,7	20,4	92
Батон обогащенный	кг	2	3,2	1,85	20,78	115
Зефир обогащенный	кг	8	0,24	0,03	35,94	92
Итого за прием пищи			31,66	31,35	167,9	1081
Всего за день			59,23	63,57	210,15	1691

Наименование	Единица	Количество	По рецептуре или технологической карте	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	

Наименование	Единица	Количество	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	кг	2	1,2	4,3	22	132
Макарон с сыром	кг	210	9,46	21,2	36,13	360
Кавказ с мясом	кг	433	2,9	2,5	24,8	134
Батон обогащенный	кг	2	2	1,16	12,99	72
Мандарин свежий	кг	3	0,8	0	7,3	38
Итого за прием пищи			16,36	29,16	103,42	735,89

Наименование	Единица	Количество	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Салат из белокочанной капусты	кг	35	1,6	5,1	6,9	80
Щи из свежей капусты	кг	67	2,99	5,1	7,84	90
Плов из говядины	кг	15	19,3	17,8	46,2	422
Компот из свежих фруктов	кг	402	0,6	0,1	31,7	131
Хлеб ржаной-пшеничный	кг	1	3,2	1,7	20,4	92
Батон обогащенный	кг	2	3,2	1,85	20,78	115
Погурт в мед. упаковке	кг	13	4,7	4	6,3	109
Итого за прием пищи			35,89	35,65	140,12	1039
Всего за день			51,98	64,81	243,54	1774

Проверил: Т.Ю. Чигидина

30.08.21

	Выход г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	М/рецептуры или технологическая карта	Белки	Жиры	Угле-воды	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
10 день							
Завтрак							
Сырники	25	2008	1	1,1	6,4	7,5	110
Пшеничные отруби с сахаром и корицей	200	2008	184	12,35	7,58	34,7	259
Чай зеленый	200	2008	430	0,2	0	15	60
Белок обогащенный микроэлементами	25	н/к	2	2	1,16	12,99	72
Сырники	100	н/к	11	0,4	0,3	10,3	46,6
Итого за прием пищи:	550			16,05	15,44	80,49	547,49
Обед							
Салат "Оливье" (из картофеля, яиц и майонеза)	100	2014	35	1,66	8,33	6,33	108
Суп куриный с фрикадельками	250	2012	81	6,38	4,1	18,63	141
Пудинг манная каша (из пшеницы) в соусе сметанном с луком	100/30	2012	286/356	9,22	17,8	12,53	214
Мороженое пломбир с сахаром	180	2008	331	5,9	3,76	33,56	229
Сырники	200	2008	442	1	0,2	19,17	92
Белок обогащенный микроэлементами	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Белок обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Итого за прием пищи:	940			30,56	39,74	133,4	991
Итого за день:				46,61	55,18	213,89	1539

Наименование	Выход г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	М/рецептуры или технологическая карта	Белки	Жиры	Угле-воды	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
11 день							
Завтрак							
Сырчатый бутерброд с сыром	60	2008	9	6,8	14,4	14,8	216
Каша "Ячтарнах" на плесне с яблоками	200	2008	187	6,66	9,7	37,44	263
Чай с сахаром и лимоном	200/7	2008	431	0,3	0,1	15,2	62
Белок обогащенный микроэлементами	25	н/к	2	2	1,16	12,99	72
Апельсин свежий	100	н/к	10	0,9	0,2	8,13	43,33
Итого за прием пищи:	592			16,66	25,56	88,56	658,22

Проверил: Г.Ю. Чигидина

30.08.21

Обед							
Салат витаминный 18 вариант, с маслом растительным	100	2008	41	1,3	5,5	9,5	90
Борщ с фасолью картофелем, говяжьей и сметаной	250/5/10	2012	63	6,38	6,75	15,41	148
Котлета рыбная добыльская	100	2008	241	13,6	3,6	5,75	110
Картофель отварной	180	2008	333	3,48	5,64	28,2	178
Компот из хурмы	200	2008	401	1	0,1	34,2	142
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Батон обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Смузи в юд. упаковке, м.д.ж 3,2%	1/125	н/к	13	4,7	4	6,3	109
Итого за прием пищи:	1050			36,86	29,14	140,54	984
Всего за день:				53,52	54,70	229,10	1642

Наименование	Выход г	Технологическая и нормативная документация / Сборник рецептур	№ рецептурным технологический карты	Белки	Жиры	Угле-водн.	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	
12 день							
Завтрак							
Булочка с джемом	40	2008	2	1,2	4,3	22	132
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	2008	189	7,58	9,67	24,38	210
Кофейный напиток	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107
Батон обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Мандарин свежий	100	н/к	3	0,8	0	7,5	38
Итого за прием пищи:	580			14,28	17,12	97,06	602
Ланч							
Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,6	5,1	7,7	83
Суп картофельный с крупой	250	2012	80	3,7	2,8	10,91	119
Печень, тушеная в соусе	100/30	АКП+	14	25,2	14,9	14,10	242
Батон гречишный рассыпчатый	180	2008	323	4,32	5,52	45,24	247
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	н/к	1	3,2	1,7	20,4	92
Батон обогащенный микроэлементами	40	н/к	2	3,2	1,85	20,78	115
Итого за прием пищи:	940			41,42	32,07	147,03	1013
Всего за день:				55,7	49,19	244,09	1615
Содержание белков, жиров и углеводов в % от калорийности				14%	31%	58%	

Проверил: Т.Ю. Чигидина

30.08.20

Вид	Б, г	Ж, г	У, г	ЭЦ, ккал
Вариант 1 день	48,03	55,38	227,95	1561,64
Вариант 2 день	39,31	68,41	209,17	1671
Вариант 3 день	50,6	56,87	243,79	1704
Вариант 4 день	57,3	67,65	197,77	1709,86
Вариант 5 день	50,5	64,79	240,08	1815
Вариант 6 день	58,98	56,77	244	1748
Итого:	324,720	369,87	1362,76	10209,50
В среднем за 7 дней:	54,12	61,65	227,13	1701,58
Вариант 7 день	56,89	59,38	235,56	1628,89
Вариант 8 день	59,23	63,57	210,15	1691
Вариант 9 день	54,15	64,81	244,14	1812
Вариант 10 день	46,61	55,18	213,89	1539
Вариант 11 день	53,52	54,7	229,1	1642
Вариант 12 день	55,7	49,19	244,09	1615
Итого:	326,10	346,83	1376,93	9927,89
В среднем за 1 день:	54,35	57,81	229,49	1654,65
В среднем за 12 дней:	54,24	59,73	228,31	1678,12

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакцией Ивашкина М.П., Тутельяна В.А.

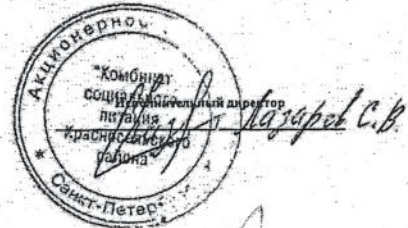
*Сборник - для контрольной прорезки

*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Москва Дели принт, 2012 г.

*Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Кутужной

* Выпек порций готовых блин соответствует СанПиН 2.3-2.4.3590-20

Допускается отклонение в объеме подачи поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.



Александр

Проверил: Т.Ю. Чигидина

20.08.21