



КАРАР

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

«28» август 2020 г. № 100 «28» август 2020 г.

**Об утверждении примерного 2-х недельного меню для детей с 7 до 11 лет
осенне-зимний сезон для учащихся общеобразовательных учреждений
муниципального района Бирский район Республики Башкортостан**

В соответствии с требованиями ч.4 ст.37 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», поручением Главы Республики Башкортостан Р.Ф.Хабирова от 25 апреля 2019 года (протокол №7 совещания «Час образования») в целях реализации Послания Президента Российской Федерации Федеральному собранию Российской Федерации от 15 января 2020 года об обеспечении бесплатным горячим питанием обучающихся начальных классов и в целях реализации на территории муниципального района Бирский район Республики Башкортостан единой государственной политики при организации питания, Администрация муниципального района Бирский район Республики Башкортостан ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Пункт 1 Постановления от 23 октября 2019 года № 1218 «Об утверждении единого меню для учащихся общеобразовательных учреждений муниципального района Бирский район Республики Башкортостан и списка продуктов для обеспечения бесплатного питания в виде пищевых продуктов (сухого пайка) для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, получающих образование на дому» считать не подлежащим применению с 31 августа 2020 года.

2. Утвердить с 1 сентября 2020 года примерное 2-х недельное меню для детей с 7 до 11 лет в осенне-зимний сезон для учащихся общеобразовательных учреждений муниципального района Бирский район Республики Башкортостан согласно приложению.

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя главы администрации муниципального района Бирский район Республики Башкортостан Басырова А.Р.

Глава администрации О.В.Князева

Управляющий делами администрации
муниципального района Бирский район
Республики Башкортостан

О.В.Князева

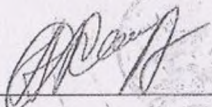
2020



А.В. Талалов

042880

УТВЕРЖДАЮ
Министр образования и науки
Республики Башкортостан


А.В. Хажин

УТВЕРЖДАЮ
Председатель
Государственного комитета
Республики Башкортостан
по торговле и защите прав потребителей


А.Н. Гусев

**Примерное 2-х недельное меню для детей с 7 до 11 лет
осенне-зимний сезон (2 вариант)**

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

Сезон: Осень-зима
Категория: Учащиеся 7-10 лет
Диета: I смена

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ЕЯ19	Макаронные изделия отварные	150	5,37	4,25	33,38	196	0,06				31,25	106,25	7,31	0,74
М07КБKK	Котлеты куриные с овощным подливом	60/25	12,08	6,18	10,15	145	0,09			0,41	17,21	100,53	43,35	451,82
Ш07ТЭШK	Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	0,01	0,27			53,82		6,07	0,2
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			23,38	16,97	79,6	548	0,21	0,27		0,41	143,54	299,18	56,73	455,91
	Обед													
Д07АЕ19	Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48	0,01	0,69			8,28	13,19	11,4	0,22
Д07ДМ19	Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,27	9,33	38,67	244	0,07	0,03	0,01		12,64		19,2	0,73
Д07КЛ19	Плов из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320	0,05	0,5			15,24	254,99	27,63	1,28
Д07ЖЗ19	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80	0,23	0,3	3	2,48	24	55	18	67
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			26,74	30,47	126,03	853	0,41	1,53	3,01	2,48	146,83	473,18	76,23	71,34
Всего день			50,12	47,44	205,64	1 400	0,62	1,8	3,01	2,89	290,37	772,36	132,96	527,25

1-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ЕО19	Каша рисовая молочная	200	5,73	7,73	39,73	253	0,07	0,51			116,68	188,17	33,33	0,53
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Ш07ЧС21	Чай фруктовый (смородиновый)*	200	0,18	0,02	11,3	39		20	0,1		0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д07ФРУК	Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
Всего Завтрак			13,19	10,25	75,71	458	0,16	41,64	0,1		280,71	289,17	35,64	5,65
	Обед													
Д07АБ19	Салат из белокочанной капусты	40	0,9	0,7	9	42	0,01	8,66			23,53		8,21	0,3
Д07ДГ19	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,73	10,67	25,33	244	0,07				12	91,17	18,01	0,96
Д07РЭ19	Жаркое по-домашнему	150	15,8	15,9	13,5	261	0,12	6,27			18,02	185,85	36,9	2,86
Д07ЖИ20	Компот из смеси сухофруктов "С"	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,5			28,69		18,27	0,61
ХЛЕБП45	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами	20	1,3	0,2	6,9	34	0,02	0,01			44	51,6		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	50		2,1
Всего Обед			25,4	29,05	96,9	778	0,26	15,44			152,91	388,62	81,39	6,84
Всего день			38,6	39,3	172,62	1 235	0,42	57,08	0,1		433,62	677,8	117,04	12,49

1-ая неделя/Среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07СА20	Десерт витаминный (морковь/яблоко/апельсин)	40	1	2	23	51	0,01	2,69			9,95		9,46	0,33
Д07ИС20	Запеканка из творога со сгущенкой	100/25	18,25	5	23	295	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62
Ш07Ч421	Чай фруктовый с черноплодной рябиной*	200	0,12	0,02	9,9	35		20,0	0,1		0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
	Всего Завтрак		23,29	8,56	73,98	512	0,11	27,84	0,1		231,72	92,4	36,1	4,11
	Обед													
Д07АД19	Свекла отварная	40	0,6		2,9	14	0,01	0,81			13,54	15,2	8,05	0,51
Д07РИС9	Суп с рисовой крупой	200	1,73	10,67	28	225	0,04	6,4			18,67		13,75	0,51
Д07АА19	Картофель отварной с маслом	150	3	3,3	22,5	134	0,13	6,2			14,3	174,16	32	1,26
Д07КБКК	Котлеты рубленые из куриного филе	60	7,5	10,6	7,6	157	0,04	0,2			10,93	75,6		0,89
Д10СВ21	Компот из свежемороженных ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"*	200	0,18	0,09	3,19	71	0,05	20,0			40	60	0,3	39,68
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
	Всего Обед		18,48	26,59	93,86	762	0,32	14,3			184,1	474,96	54,1	44,96
	Всего день		41,77	35,15	167,84	1 274	0,43	42,14	0,1		415,83	567,36	90,2	49,07

1-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07КЛ19	Плов из курицы	180	17,04	22,08	28,44	384	0,06	0,6			18,29	305,99	33,16	1,54
Д07ЖД60	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69	0,02	0,39			81,09	101,09	14,68	0,37
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
	Всего Завтрак		26,32	26,48	53,52	571	0,15	1,12			249,2	497,08	47,84	5,1
	Обед													
Д07АЖ19	Салат из моркови с яблоками	40	0,3	1,4	3,3	27	0,01	0,84			7,65		9,24	0,32
Д07ДИ19	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,33	12	38,53	252	0,03	0,67	0,01		23,6	96,2	16,28	0,77
Д12ЕСМИ	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	150	6,72	4,32	27,68	179	0,14				10,32		97,47	3,34
ПРСОКДЕ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	92	0,07	1			16			0,1
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
	Всего Обед		14,82	19,85	119,18	711	0,3	2,52	0,01		144,24	246,2	122,99	6,64
	Всего день		41,14	46,33	172,7	1 282	0,45	3,64	0,01		393,44	743,28	170,83	11,75

1-ая неделя/Пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ЕВ19	Картофельное пюре	150	3	4,63	20,13	136	0,11	10,42			35,63	208,95	28,5	1,04
Д07РЮ60	Котлеты из говядины	60	9,36	12,96	9,96	196	0,05	0,06			25,02	100,83	18,95	
Ш07ИЯ19	Чай с сахаром*	200	0,1	0,02	9,9	35					0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Д04ЙГ19	Йогурт(для детского питани)	100	4,1	3,2	10	98	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Всего Завтрак			20,48	21,14	68,06	597	0,24	10,9			260,04	402,23	65,76	4,34
	Обед													
Д07МХ19	Морковь с сахаром	40	0,81	1,8	5,8	40	0,01	0,69			8,28	13,19	11,4	0,22
Д07ДН19	Суп картофельный с клецками	200	1,33	33,33	37,33	265	0,04	3,68			8,63		12,08	0,47
Д07БО19	Рыба запеченная с картофелем	150	13,36	10,18	11,27	191	0,1	0,45			46,24		27,11	0,88
Д07ЖР21	Компот из свежемороженой вишни "С"*	200	1,2	0,17	27,2	80	0,01	20			6,03			0,8
ХЛЕБП45	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами	20	1,3	0,2	6,9	34	0,02	0,01			44	51,6		0,01
ГПРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Д04ЙГ19	Йогурт(для детского питани)	100	4,1	3,2	10	98	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Всего Обед			26,78	49,22	113,17	795	0,25	43,24			297,84	124,79	68,89	4,62
Всего день			47,26	70,36	181,24	1 392	0,49	54,15			557,88	527,02	134,65	8,95

2-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Д07КЛФН	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384	0,06	0,6			18,29	305,99	33,16	1,54
Ш07ТЭШК	Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	0,01	0,27			53,82		6,07	0,2
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			22,96	28,62	64,52	590	0,12	0,87			113,37	398,39	39,23	4,89
Обед														
Д07АИ19	Салат из свеклы	40	0,5	2,9	3,2	42	0,01	0,75			13,76	25,55	7,47	0,48
Д07СПЕР	Рыбный суп	200	6,32	16	22,01	167	0,12	6,67	0,01	0,26	15,84	69,39	27,26	251,67
Д07ЕЛ19	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,8	3,8	40	213	0,19	8,48			74,41		69,1	3,25
Д07ЕЕ19	Мясо тушенное с овощами	50	14,71	16,31	6,12	230	0,06	1,26			21,11			2 295,06
Д07ЖЗ19	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80	0,23	20,1	3	2,48	24	55	18	67
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			37,8	40,94	126	893	0,66	17,47	3,01	2,74	235,79	299,94	121,83	2 619,5
														7
Всего день			60,76	69,56	190,52	1 483	0,78	18,34	3,01	2,74	349,16	698,33	161,06	2 624,4

2-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ЕС19	Каша "Дружба"	200	6,27	8,13	33,47	232	0,12	0,53			127,09	326,41	37,07	0,8
Ш07ИЯ19	Чай с сахаром*	200	0,1	0,02	9,9	35					0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Д07ФРУК	Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
Всего Завтрак			13,65	10,65	68,05	432	0,21	10,67			291,13	427,41	39,38	5,92
	Обед													
Д07РД20	Салат "Осень" (каргофель/морковь/яблоко/кукуруза)	40	0,9	1,16	9,4	98	0,01	1,58			25,8		19,1	1,02
Д07РИ20	Суп с пшенной крупой	200	1,73	4,53	38,67	239	0,04	1,07	0,03		18,67		13,75	0,51
Д07РЦ19	Гуляш из отварного мяса	60	17,04	9,6	10,8	254	0,05	1,32			14,65	89,8	23,76	2,35
Д07ЕВ19	Картофельное пюре	150	3	4,63	20,13	136	0,11	10,42			35,63	208,95	28,5	1,04
Д10СВ21	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	0,18	0,09	3,19	71	0,05	0,68			40	60	0,3	39,68
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			28,32	21,94	111,85	959	0,32	15,08	0,03		221,41	508,75	85,41	46,71
Всего день			41,97	32,59	179,9	1 391	0,53	25,75	0,03		512,54	936,16	124,78	52,62

2-ая неделя/Среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ИА19	Макароны, запечённые с сыром	150	7,3	11,8	24,5	236	0,05	0,09			133,41		13,05	0,74
Д07ЖС19	Куриное филе, тушенное с овощами	50	11,35	14,63	1,87	185	0,04	0,38			160			0,7
Д07ЖД60	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69	0,02	0,39			81,09	101,09	14,68	0,37
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			24,97	30,27	54,65	621	0,16	0,86			415,76	193,49	27,73	4,96
	Обед													
Д07АД19	Свекла отварная	40	0,6		2,9	14	0,01	0,81			13,54	15,2	8,05	0,51
Д07ДА19	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,47	9,33	37,33	244	0,04	1,33	0,01		25,95	33,35	15,23	0,56
Д07КЛ19	Плов из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320	0,05	0,5			15,24	254,99	27,63	1,28
Д07ЖИ20	Компот из смеси сухофруктов "С"	200	1	0,05	27,5	110	0,01	20,0			28,69		18,27	0,61
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Д04ЙГ19	Йогурт (для детского питания)	100	4,1	3,2	10	98	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Всего Обед			26,83	31,72	131,1	947	0,19	3,57	0,01		328,08	453,54	87,48	5,21
Всего день			51,8	61,99	185,75	1 568	0,35	4,43	0,01		743,85	647,03	115,21	10,17

2-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д12ЕСМИ	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	180	8,06	5,18	33,22	215	0,17				12,38		116,96	4,01
Д07ЖГ19	Кофейный напиток на молоке	200	2,1	2,1	11	70	0,03	0,52			105,86	156,6	12,18	0,11
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Всего Завтрак			17,04	9,38	59,1	403	0,27	0,65			268,07	246,6	129,14	7,32
	Обед													
Д07АЕ19	Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48	0,01	0,69			8,28	13,19	11,4	0,22
Д07ДО19	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	7,5	4,33	41,67	250	0,22	0,02			31,1	231	37,5	2,22
Д07ЕК19	Каша перловая рассыпчатая	150	4,6	3,6	34,6	180	0,09	8,48			69,56		53,9	1,57
Д07ЖЖ20	Фрикадельки из кур в томатном соусе	60/25	8,76	10,8	5,16	152	0,05	0,95			27,54	72,18	13,25	1,03
Д07ЖЭ21	Напиток витаминизированный из вишни*	200	0,6	0,16	17,2	85	0,01	20			6,03			0,8
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			27,74	21,63	137,29	876	0,43	41,15			229,18	466,37	116,05	7,95
Всего день			44,78	31,01	196,39	1 279	0,7	41,8			497,24	712,97	245,19	15,26