

СОГЛАСОВАНО



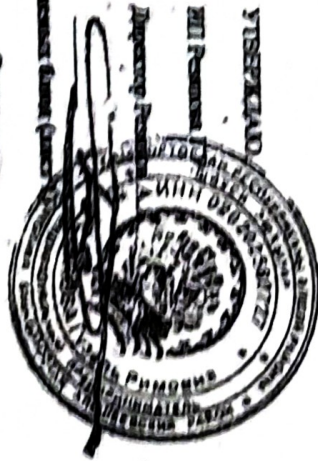
УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.
Директор _____ А.Я.Резяпов

Дата 31/10 - 2023г

Примерное перспективное
2-х недельное меню
для организации питания обучающихся
из ММС
с 7 до 11 лет и 12 лет и старше
в муниципальных бюджетных
образовательных учреждениях
МР Альшеевский район РБ.

(осень)



Prepared by: MAF
1/1 revised for

Item: investment

Department: investment
2/11/11

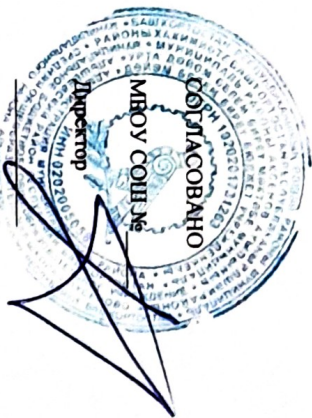
Prepared by: MAF
(1/1 revised)

Item: investment

Department: investment
12/11/11

Project name	Investment description	Investment amount (USD million)			Total investment (USD million)	Total investment (USD million)
		Year 1	Year 2	Year 3		
Investment in infrastructure	Investment in infrastructure	10000	5	6	17	17
	Investment in infrastructure	20000	1		21	10000
	Investment in infrastructure	50	4	1	55	200
	Investment in infrastructure	100	1		101	2000
Total investment		12050	11	7	1283	10200

Project name	Investment description	Investment amount (USD million)			Total investment (USD million)	Total investment (USD million)
		Year 1	Year 2	Year 3		
Investment in infrastructure	Investment in infrastructure	18000	10	10	38	18000
	Investment in infrastructure	20000	1		21	10000
	Investment in infrastructure	50	4	1	55	200
	Investment in infrastructure	100	1		101	2000
Total investment		38050	16	11	3822	10200



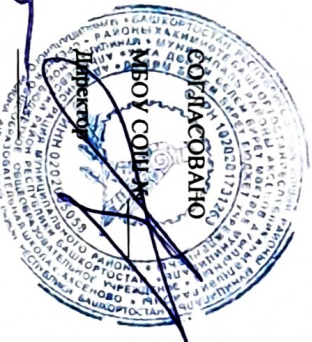
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 1)

День: вторник

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 1

Возрастная категория:
7-11 лет



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

День: вторник

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

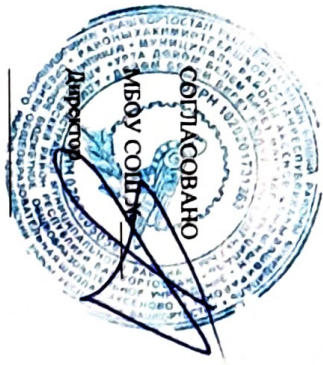
Неделя: 1

Возрастная категория:
12 лет и старше



Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер ге- тичес кая	№ рецепт уры	стои мость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бездра)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Масло сливочное	8		7		60	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	517	31	30	76	738		64,4

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энер ге- тичес кая	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бездра)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		550	32	31	82	767		73,20



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

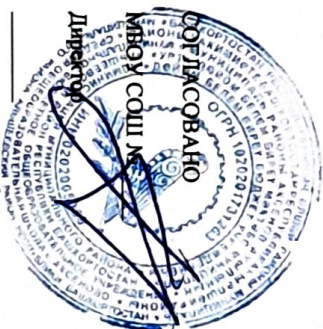
День: четверг

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

День: четверг

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

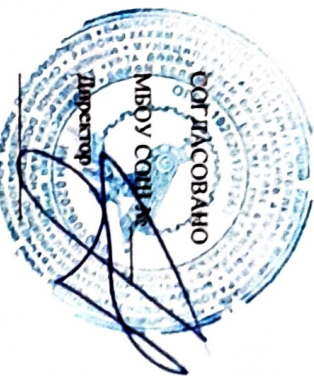
Неделя: 1

Возрастная категория:
12 лет и старше

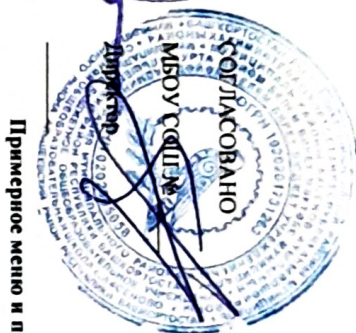


Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энер ге- тчес кая	№ рецепт уры	стои мость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из свежих помидоров	60	1	3	29	43	7,02	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40		4	2	98	185	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	352	207	
	Итого за завтрак	534	8	13	96	704		64,4

Присем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энер ге- тисес кая	№ рецепт уры	стоимомо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из свежих помидоров	60	1	3	29	43	7,02	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40		4	2	94	185	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		565	9	13	96	488		73,20



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)



Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, ПП
День: пятница
Сезон: осень
Неделя: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

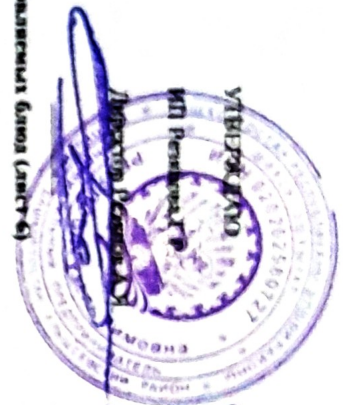
Рацион: дети из ММС (5-11 классы)
День: пятница
Сезон: осень
Неделя: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		584,5	14	12	114	618		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Итого за завтрак	584,5	14	12	114	618		73,20



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)



Район: аг. в МНС,
1-4 класс, П1

День: понедельник Сезон: осень
Неделя: 2 Возрастная категория: 7-11 лет

Присоединение материала	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	№ рецепта урна	Стоимость
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Куры отварные (бедра)	70	18	15		229	521	
	Сыр топлитый	30		1	2	22	593,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		514	29	21	84	667		64,4

Район: аг. в МНС
(5-11 классы)

День: понедельник Сезон: осень
Неделя: 2 Возрастная категория: 12 лет и старше

Присы пшны	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг ге- трас кая	№ рецепт урна	стоимос ть
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные (бедра)	70	18	15		229	521	
	Сыр топлитый	40	1	3	3	29	593,02	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		555	31	23	92	716		71,20



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № 1
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

День: вторник

Сезон: осень

Рацион: дети из MMC,
1-4 классы, РП

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- ге- тичес- кая	№ рецепт- уры	стои- мость
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60					171	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,13	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	534	20	16	82	571		64,4



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

День: вторник

Сезон: осень

Рацион: дети из MMC
(5-11 классы)

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

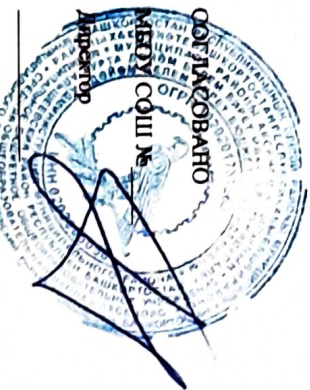
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- ге- тичес- кая	№ рецепт- уры	стоимо- сть
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60					171	
	Каша гречневая молочная вязкая	150/4	7	7	29	203	440	
	Гуляш из говядины	40/50	12	14	4	192	47,14	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	554	23	22	72	578		73,20

УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпова А.Я.



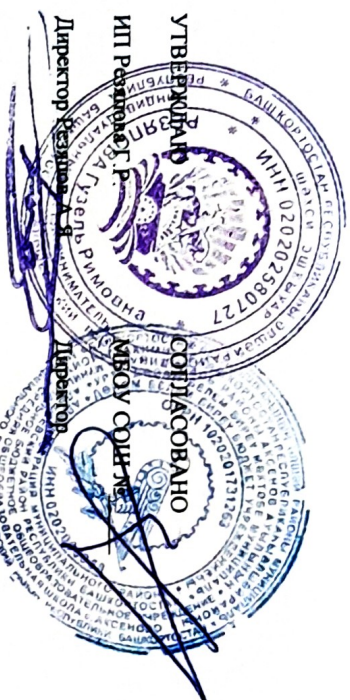


Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

День: среда Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 2 Возрастная категория: 7-11 лет



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

День: среда Сезон: осень

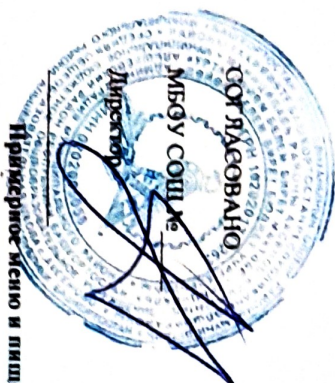
Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 2 Возрастная категория: 12 лет и старше

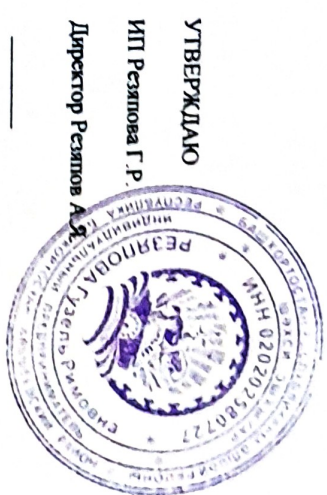
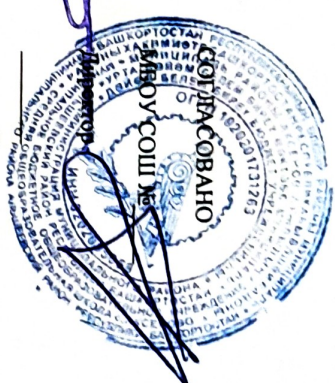


Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	гс-тыс ккал		
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		545	19	19	72	532		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	гс-тыс ккал		
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		575	18	24	84	595		73,20



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)



Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП
День: четверг
Сезон: осень
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт уры	стои мость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,04	
	Кисель из концентрата	200			10	40	303	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	529	18	23	69	547		64,4

Рацион: дети из ММС (5-11 классы)
День: четверг
Сезон: осень
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг ге- тичес кая	№ рецепт уры	стоимо сть	
			(г)						
			Б	Ж	У				
завтрак									
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01		
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01		
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,05		
	Кисель из концентрата	200			10	40	303		
		Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		550	18	26	70	586		73,20	



Приведено меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

День: пятница

Сезон: осень

Рацион: дети из МНБ,
1-4 класса, ПП

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет



Приведено меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

День: пятница

Сезон: осень

Рацион: дети из МНБ
(5-11 классы)

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Присм типи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг ге- тисес ккал	№ рецепт урна	стоим мость б
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша овсяная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		554	11	16	74	482		64,4
Итого за неделю		5341,5	187	184	861	6120		

Присм типи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг ге- тисес ккал	№ рецепт урна	стоим мость б
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша овсяная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		554	11	16	74	486		73,30
Итого за неделю		5602,5	196	212	901	6281		74,30