

М Е Н Ю
по оказанию услуг организации питания

- перспективное шестиразовое (пятидневная) меню (стр. 4 – 6);
- ведомость контроля питания (стр. 7).

Контроль качества оказываемых услуг:

Заказчик вправе в любой момент привлечь экспертов, экспертные организации для контроля качества оказания услуг, проверки наличия в приготовленной пище сухих белковых композитных смесей.

В целях контроля за доброкачественностью и безопасностью приготовленной пищи. Исполнитель должен обеспечить обязательное хранение в холодильнике суточных проб образцов блюд по меню в объеме одной порции, в стерильной, плотно закрытой посуде, в течение 2 (двух) суток - для производства контрольных анализов. Образцы должны соответствовать выходу готовых блюд с указанием даты и времени приготовления блюд.

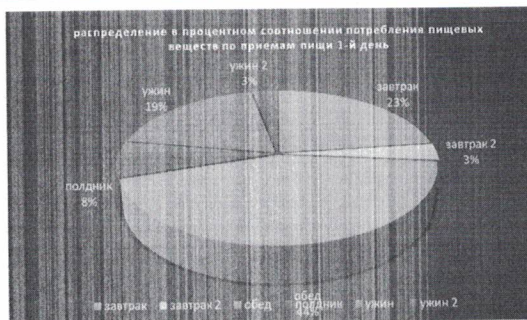
день 1

для учащихся 9-11 классов

Режим питания	Блюда	масса порции	б	ж	у	Энергетическая ценность(ккал)	
Завтрак	Макароны отварные с сыром	300/20	11,8	7,5	33,3	370	
	Масло сливочное	10	0,2	6,8	0,3	71,8	
	Колбаса п\к	25	4	5,8		68	
	Хлеб пшеничный	70	7	6,7	36	222	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,6	2,7	28,3	152	
	Итого на завтрак	605	28,9	32,5	97,9	921,3	
	Яблоко (тепловая обработка)	300	1,2	1,2	29,4	141	
	Итого на второй завтрак	300	1,2	1,2	29,4	141	
	Обед	Салат из свеклы отварной	150	2	6,8	11,5	114
		Суп картофельный с клецками на курином бульоне	300/25	10,2	15,5	25,9	286,7
Пюре гороховое с маслом		250	24,6	18,3	72	426,6	
Котлета из мяса птицы		150	28,8	6,4	11,8	253	
Компот из с\ф		200	0,5		26	106	
Хлеб пшеничный		160	12,6	1,6	78,7	376	
Хлеб ржаной		90	5,6	1,08	30	182,1	
Итого на обед		1275	84,3	49,68	255,9	1744,4	
Полдник		Сок	200	0,6			161,6
		Ватрушка с повидлом	100	7	2,6	41,8	219,1
	Итого на полдник	300	7,6	2,6	41,8	380,7	
Ужин	Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100/50/50	18	8,6	9,6	188	
	Картофельное пюре с маслом	200	4,1	6,8	24,7	176,8	
	Чай с сахаром	200	0,2		16	65	
	Хлеб пшеничный	90	7,1	0,9	44,28	211,5	
	Хлеб ржаной	60	3,9	0,7	20	121	
	Итого на ужин	750	33,3	17,0	114,6	762,3	
Йогурт	115	2,2	3,7	19,1	115		
Итого на ужин 2	115,0	2,2	3,7	19,1	115,0		
Всего на весь день		3 345	158,0	107,0	559,0	4,071	

Составила и проверила: калькулятор Борисова Е.С

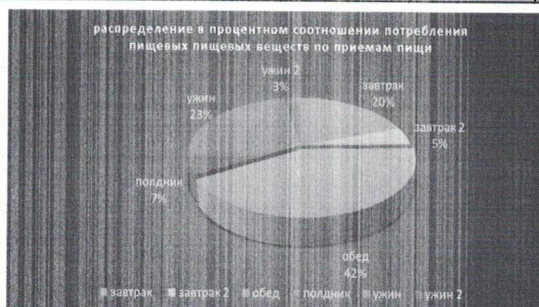
завтрак 921,3
 завтрак 2 141
 обед 1744,4
 полдник 380,7
 ужин 762,3
 ужин 2 115



день2

для учащихся 9-11 классов

Режим	Блюда	масса порции	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
37	Каша "Дружба"	250	6,6	14,6	31,3	279
	Чай с сахаром	200	0,1		15	85
	Масло сливочное	15	0,2	6,8	0,3	71,8
86	Хлеб пшеничный	70	7	6,7	36	222
	Колбаса п\к	25	4	5,8		68
	Сыр "Российский"	20	4,64	5,9		74,8
	Итого на завтрак	600	18,54	34	82,6	800,6
э	Шоколадный батончик	50	3,7	5	38,1	203
	Итого завтрак 2	50	3,7	5	38,1	203
Обед	Салат из капусты с яблоками (термич. обраб)	150	3,6	8,4	22,5	203
	Суп с фрикадельками из мяса птицы	300/30	2,4	3,3	25,3	193
	Тефтели из мяса птицы с томатным соусом	150/50	15,2	19,1	15,1	297
	Макароны отварные с маслом	300	7	9	48,3	364
	Компот из с\ф	200	0,5		26	106
	Хлеб пшеничный	160	12,6	1,6	78,7	376
	Хлеб ржаной	90	5,6	1,08	30	182,1
	Итого на обед	1430	44,6	38,18	235,9	1721,1
84	Пирожок с картофелем	100	7,0	2,6	41,8	219
	Сок	200	0,6			161,6
	Итого на полдник	300	7,6	2,6	41,8	380,7
63	Плов из отварного мяса птицы	250/100	47,2	14,2	58,1	550,6
81	Чай с сахаром	200	0,1		15	60
86	Хлеб пшеничный	90	7,1	0,9	44,28	211,5
87	Хлеб ржаной	60	3,9	0,7	20	121
	Итого на ужин	700	65,9	16,88	183,4	943,1
	Йогурт	115	2,2	3,7	19,1	115
	Итого на ужин 2	115,0	2,2	3,7	19,1	115,0
	Всего на весь день	3 170	146,5	106,0	600,9	4,163,5
			0,000	0,000	0,000	0,000

завтрак 800,6**завтрак 2 203****обед 1721,1****полдник 380,7****ужин 943,1****ужин2 115**

Составила и проверила: калькулятор Борисова Е.С

день3

для учащихся 9-11 классов

Режим питания	Блюда	масса порции	б	ж	у	Энергетическая ценность
106/440	Запеканка творожно с рисом с молочным соусом (сладким)	200/20	33	26,5	41,3	
82	Кофейный напиток с молоком	200	0,3	0,5	42,3	
86	Хлеб пшеничный	70	7	6,7	36	
	Сыр "Российский"	20	4,64	5,9		
	Колбаса п\к	25	4	5,8		
	Масло сливочное	15	0,2	9,2	0,3	
	Итого на завтрак	550	49,14	54,6	119,9	
	Яблоко (тепловая. обраб)	300	5,4	5	21,6	
	Итого завтрак 2	300	5,4	5	21,6	
7	Салат "Витаминный" (термич. обраб)	150	1,6	22,7	15,5	
16/73	Гороховый суп на курином бульоне	300	2,76	5,1	25,66	
75/73	Птица отварная с томатным соусом	150/50	15,4	18,9	13,7	
46	Каша гречневая	250	10,2	16,2	76,3	
80	Компот из с\ф	200	0,5		26	
86	Хлеб пшеничный	160	12,6	1,6	78,7	
87	Хлеб ржаной	90	5,6	1,08	30	
	Итого на обед	1350	48,66	65,58	265,86	
95	Пирожок с капустой	100	7,0	2,6	41,8	
	Сок	200	0,6			
	Итого на полдник	300	7,6	2,6	41,8	
	Огурец соленый	50	0,4		1,6	
33	Сосиска отварная	100	11	12,5	3,6	
70	Овощное рагу	200	2,9	5,7	15,7	
81	Чай с сахаром	200	0,1		12	
86	Хлеб пшеничный	90	7,1	0,9	44,28	
87	Хлеб ржаной	60	3,9	0,7	20	
	Итого на ужин	700	25,4	19,8	97,18	
	Йогурт	115	2,2	3,7	19,1	
	Итого на ужин 2	115	2,2	3,7	19,1	
	Всего на весь день	3 315,0	138,3	151,3	565,7	

завтрак 1143,9

завтрак 2 141

обед 1851,4

полдник 380,7

ужин 696,4

ужин2 115



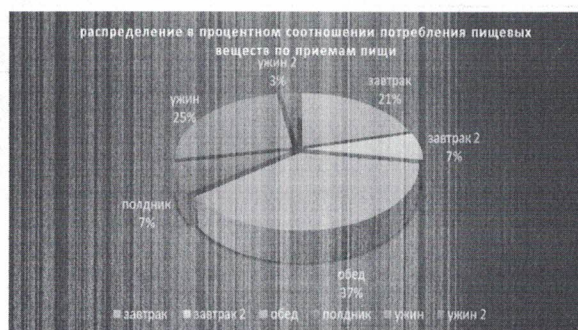
Составила и проверила: калькулятор Бор...

день4

для учащихся 9-11 классов

Рекв. код	Блюда	масса порции	б	ж	у	Энергетическая ценность
45	Омлет натуральный	220	19,6	19,1	5	259
79	Какао с молоком	200	3,9	3,6	30	168
86	Хлеб пшеничный	70	7	6,7	36	222
	Сыр "Российский"	20	4,64	5,9		72,8
	Масло сливочное	15	0,2	9,2	0,3	84,9
	Колбаса п\к	25	4	5,8		68
	Итого на завтрак	550	39,34	50,3	71,3	874,7
	Апельсин (тепловая. обработка)	300	5,4		15	285
	Итого на второй завтрак	300	0,6		15,0	285,0
3	Салат из капусты и моркови (терм. Обр.)	100	1,6	10,1	9,6	136
14/73	Борщ на курином бульоне со сметаной	300/10	3,36	6,3	26,1	209
70	Рагу из мяса птицы	300/150	35,3	35,1	36,6	543
80	Компот из с\ф	200	0,5		26	106
86	Хлеб пшеничный	100	12,6	1,6	78,7	376
87	Хлеб ржаной	90	5,6	1,08	30	182,1
	Итого на обед	1 310	58,96	54,18	207	1552,1
91/102	Булочка с яблоками	100,0	7,00	2,6	41,8	219
	Сок	200	0,6			161,6
	Итого на полдник	300	7,6	2,6	41,8	380,6
	Огурец соленый	100	0,4		1,6	9
55/453	Биток из рыбы (минтай) с красным соусом основным	100/60	20,5	29,8	0,4	359
40	Макароны отварные с маслом	200	4,4	10,6	46,6	299
81	Чай с сахаром	200	0,1		12	62
86	Хлеб пшеничный	90	7,1	0,9	44,28	211,5
87	Хлеб ржаной	60	3,9	0,7	20	121
	Итого на ужин	810	36,4	42	124,88	1061,5
	Йогурт	115	2,2	3,7	19,1	115
	Итого на ужин 2	115	2,2	3,7	19,1	115,0
	Всего на весь день	3 385,0	152,3	153,9	480,0	4 269,0

Составила и проверила: калькулятор Борисова Е. С

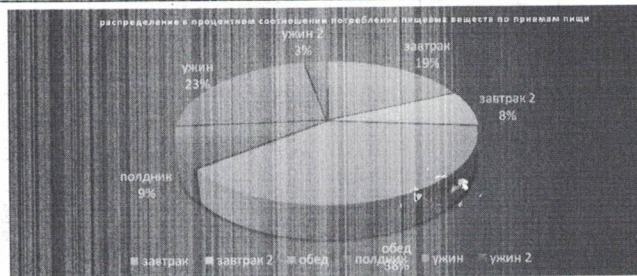
завтрак 874,7**завтрак 2 285****обед 1552,1****полдник 308,6****ужин 1061,5****ужин 2 115**

день5

для учащихся 9-11 классов

Режим питания	Блюда	масса порции	б	ж	у
30	Каша манная молочная жидкая	250	7	11,4	48,2
81	Чай с сахаром	200	0,1		12
44	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3
86	Хлеб пшеничный	70	7	6,7	36
	Сыр "Российский"	20	4,64	5,9	
	Масло сливочное	15	0,2	9,2	0,3
	Итого на завтрак	625	17,74	31,3	65,9
	Шоколадный батончик	50	5,9	8	61
	Итого на второй завтрак	50	5,9	8	61
19	Салат из свеклы отварной	100	1,9	5,4	13,4
15/73	Рассольник на курином бульоне со сметаной	300/10	9	10,1	13
30	Биток куриный	150	20,5	29,8	22
29	Капуста тушеная	300	1,1	1,9	6,5
80	Компот из с\ф	200	0,5		26
86	Хлеб пшеничный	160	12,6	1,6	78,7
87	Хлеб ржаной	90	5,6	1,08	30
	Итого на обед	1310	51	50	190
79	Гребешок из дрожжевого теста	100,0	7,00	2,6	41,8
	Сок	200	0,6		
	Итого на полдник	300	7,6	2,6	41,8
	Огурец соленый	50	0,4		1,6
63	Плов из отварного мяса птицы	250/65	47,2	14,2	58,1
81	Чай с сахаром	200	0,1		12
86	Хлеб пшеничный	90	7,1	0,9	44,28
87	Хлеб ржаной	60	3,9	0,7	20
	Итого на ужин	715	58,7	15,8	135,98
	Йогурт	115	2,2	3,7	19,1
	Итого на ужин 2	115,0	2,2	3,7	19,1
	Всего на весь день	3 115	143,0	112,4	514,0

завтрак 756,5
 завтрак 2 324,8
 обед 1569
 полдник 380,7
 ужин 954,1
 ужин2 115



Ведомость контроля питания для курсантов военнопатриотического воспитания-центр "Авангард"

Наименование продукта	Белки гр.	Жиры гр.	Углев. гр.	К.кал гр.	По дням кухни					Всего за 5 дней	Среднее за 5 дней. На 1чел. в	Среднее за 5 дней. На 1чел. в
					день 1	день 2	день 3	день 4	день 5			
1 сосиски говяжьи	100	100	100	100			100			100	10,000	9,750
2 горох	23	1,6	57,7	323	80		18			98	9,800	9,800
3 гречка	12,6	2,6	68	329			105			105	10,500	10,500
4 макаронные изделия	10,4	0,9	75,2	332	70			60		130	13,000	13,000
5 манка	11,3	0,7	73,3	326					40	40	4,000	4,000
6 рис	7	0,6	77,3	323								
7 мясо птицы	18,7	16,1		165	250	129	10		105	244	24,400	24,400
8 картофель	2	0,1	19,7	83	309,0	198	150	200	250	1140	114,000	100,890
9 капуста	1,8		5,4	28		96	90	138	105	1084	108,400	81,30
10 лук репчатый	1,7		9,5	43	46	74,3	41	45	40,5	246,8	24,680	20,731
11 свекла	1,7		10,8	48	121			68	121	310	31,000	23,250
12 огурец консервированные	2,8		1,3	19			50	50	67	167	16,700	16,70
13 морковь	1,3	0,1	7	33	44	46	81,5	76	58,5	306	30,600	22,950
14 томат паста	4,8		18,9	96	3	7		11	7	28	2,800	2,800
15 колбаса п/к	16,1	40,1		425	25	25	25	25		100	10,000	10,000
16 какао	24,2	17,5	3,5	373				3		3	0,200	0,200
17 кофе. Напиток	13	3,6	66,4	350	3		3			6	0,600	1
18 чай	20		6,9	109	1	2	1	1	2	7	0,700	1
19 дрожжи сыр.	12,5	0,4	8,3	85	1,8	1,4	1,8	1,8	1,8	8,6	0,860	0,860
20 кислота лимонная						0,1	0,1			0,6	0,060	0,060
21 лавровый лист	7,61	8,36	48,67	313	0,1	0,2		0,4		0,5	0,050	0,050
22 приправа					0,1	0,4	0,4	0,4	0,4	1,7	0,170	0,170
23 масло растит.		99,9		899	18,5	32,6	67,9	18,8	40,8	178,6	17,860	17,860
24 масло сливочн.	1	72,5		662	26,3	34,7	31,1	38,8	21	151,9	15,190	15,190
25 молоко цельное	2,8	3,2	4,7	58	87	134	65	212	80	578	57,800	57,80
26 йогурт	2,1	8	16,4	146	115	115	115	115	115	575	57,500	57,500
27 творог	16,7	9	1,3	156			87			87	8,700	8,700
28 сметана	2,8	30	3,2	206				10	10	20	2,000	2,000
29 сыр тверд.	25,6	26,1		343	20	20	20	20	20	100	10,000	10,0
30 мука	10,3	0,9	74,2	327	316,9	316,9	322,3	314,2	352	1622,3	162,2	162,2
31 сахар			99,8	374	39,90	52,8	67,9	62,5	54	277,1	27,710	28
32 мука ржаную	8,9	1,2	99,8	374	70	70	70	70	70	350	35,000	35,000
33 соль йодированная					10	8	10,3	8	9	45,3	4,530	4,530
34 сухари паниров.	8,1	1	48,8	242				8	8	16	1,600	2
35 сухофрукты(пятикомпонентная в/с)	2,9		66,5	266	20	20	20	20	20	100	10,000	10,000
36 пшено	2,3		65,6	264		14				14	0,000	0,000
37 повидло	0,4		65,3	247	30				15	45	4,500	4,500
38 минтай с/м	15,9	0,9		72	180			150		330	33,000	28,710
39 сок мультифруктовый					200	200	200	200	200	1,000		
40 шоколад	8	33	55	540		50			50	100	10,000	10,000
41 апельсины	0,9		8,4	38				300		300	30,000	30,000
42 флоки свежие сорт "Айдаре"	0,4		11,3	46	300	75	375			750	75,000	75,000
43 яйцо	12,7	11,5	0,7	157	5,8	4,3	10,3	101,45	44,4	166,25	16,625	16,625

Заказчик
Директор



А.К. Гаранин

М.П.

Исполнитель
Директор



В. И. Лепехин