



апрель 2023 г.

Министерство образования Республики Беларусь

Управление образования Заславского района

Учреждение образования
«Средняя школа №11 Заславского района»

М.В. Кривко

И.О. Подпись

Перушевичевское лесничество, лесхоз «Роснево» (подразделение) образованном учащимся общеобразовательных учреждений

Минска по образованию городского округа г. Минск, 2022-2023 учебный год

С.С.И. В.С.С.

2 кв.
2023 г.Возраст 11-17 лет (с учетом
участников СВО)

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г	Цена руб	Пищевые волокна			Вит. С	Витамины, мг				Минеральные вещества мг			
				Б	Ж	У		К	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг
I неделя															
Обед 1. День															
№82, сбор 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	9,79	1,82	1,91	12,74	102,50	0,05	10,29	0,00	1,40	44,38	55,23	5,25	1,19
№279, сбор 2005г. под ред. Могильного	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	54,62	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№203, сбор 2005г. под ред. Могильного	Макаронные изделия с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,071
№495, сбор 2021г. под ред. Писревалова	Компот из сухофруктов	200	4,43	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,30	20,10	19,20	1,40	0,69
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:		850	87,47	31,13	33,10	124,27	967,56	0,35	23,59	110,00	5,42	169,64	395,40	122,83	8,05
Обед 2. День															
№80, сбор 2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	250	7,54	2,18	4,39	14,29	129,50	0,11	8,25	0,00	1,25	24,00	66,70	26,65	0,97
№294, сбор 2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,12	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№137, сбор 2012г. под ред. Могильного	Рагу из овощей	180/5	18,29	2,15	11,10	13,40	262,00	0,07	9,92	24,00	7,47	31,44	63,24	27,84	0,95
342 сб 2005 г. под ред. Могильного	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,00	146,60	0,00	0,10	0,001	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	200	30,93	2,90	0,00	47,20	200,00	0,08	18,00	0,00	0,00	15,00	52,00	73,00	0,94
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,41	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
Итого обед:		795	97,44	28,38	31,49	158,69	1169,30	0,44	37,57	72,50	6,83	135,42	410,54	173,75	23,36
Обед 3. День															

		815	98,00	1 08,40	20,81	181,59	0,04,08	0,34	22,97	68,00	4,18	1 09,74	429,97	188,89	7,61	
		Обед 8 День														
		(с учетом сметы на 2023 г)														
№184 сб 2005 г. под ред. Могильного	Суп с картошкой и кабачками	100	4,00	1,00	1,00	1,00	181,59	0,06	18,78	0,04	0,00	0,00	1,00	8,10	0,03	
№185 сб 2005 г. под ред. Могильного	Суп с картофельными котлетами	180,5	8,00	2,75	0,07	0,00	2,50	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	2,43	0,07	
№234 сб 2005 г. под ред. Могильного	Суп с картофельными котлетами и натуральными соевыми котлетами	60	1,00	0,18	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	0,72	
№342 сб 2005 г.	Компот из свежих яблок	300	1,00	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,40	0,09	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,52	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		795	82,68	25,62	23,05	105,92	854,50	0,35	9,22	78,28	4,15	159,21	657,38	104,09	5,13	
		Обед 9 День														
№102 сб 2005 г. под ред. Могильного	Суп с картошкой и кабачками	250	7,87	5,49	5,27	19,17	189,70	0,23	5,51	0,00	2,42	38,98	87,18	35,30	2,03	
№294 сб 2005 г. под ред. Могильного	Витонка рыбная с капустой	190	32,17	16,64	15,24	50,29	698,50	0,08	1,70	18,50	1,30	42,33	46,88	17,86	12,86	
№131 сб 2005 г. под ред. Могильного	Капуста тушеная	180	16,30	7,76	6,67	17,30	234,00	0,06	20,00	0,00	3,54	102,00	22,00	38,20	1,16	
№457 сб 2021 г. под ред. Червонной	Чай с сахаром	200,10	1,73	0,20	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	7,70	4,20	0,82	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,52	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	
Итого обед:		800	60,94	31,23	28,14	102,55	926,40	0,48	37,01	48,50	8,20	207,21	401,14	122,86	24,14	
		Обед 10 День														
№88 сб 2005 г. под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250,5	9,36	1,74	4,89	9,20	144,75	0,06	18,47	0,00	2,37	43,33	47,63	22,25	0,80	
№229 сб 2005 г. под ред. Могильного	Рыба, тушеная в томате с овощами	100,50	47,81	14,30	7,80	7,20	704,00	0,09	1,43	24,60	1,92	65,00	226,00	28,80	0,82	
№310 сб 2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180,5	17,17	4,50	5,00	28,90	220,20	0,19	26,38	24,00	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63	
№70 сб 2005 г. под ред. Могильного	Овощи натуральные соевые (соусный)	60	10,00	0,48	0,12	1,92	10,80	0,04	3,16	0,00	0,12	23,00	42,00	14,00	0,72	
342 сб 2005 г.	Компот из свежих яблок	200	5,65	0,16	0,00	29,00	116,60	0,00	0,00	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
к/к	Хлеб пшеничный	42	1,97	3,32	0,42	20,29	98,70	0,06	0,00	0,00	0,55	9,66	36,54	13,86	0,84	
Итого обед:		850	94,28	26,48	18,59	106,53	847,25	0,50	49,56	48,60	5,63	176,18	508,01	134,25	6,85	
Всего обед 2 недели (средняя)			86,30	31,20	26,61	122,73	941,51	0,47	28,07	58,62	5,23	172,43	443,15	152,51	11,30	
Всего, средняя за 10 дней:			88,66	31,04	29,17	126,30	967,24	0,54	38,33	62,16	5,22	171,97	437,32	146,38	11,44	
Средняя за 1 день:			88,66	31,04	29,17	126,30	967,24	0,54	38,33	62,16	5,22	171,97	437,32	146,38	11,44	

* При назначении средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, диетические хлеб и т.д. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

Стоимость рационов горячих обедов 73,65 руб.лей.

Перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2021г., 2004г., 2011 г., 2012 г.), с учетом физиологических норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов питания горячих обедов — 73,65 руб.