



КАРАР

« 28 » август 2020 й.

№ 432

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

« 28 » августа 2020 г.

**Об утверждении единого 2-х недельного меню для обучающихся
общеобразовательных организаций муниципального района
Благовещенский 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», примерным 2-х недельным меню для детей с 7 до 11 лет, утвержденным Министерством образования и науки Республики Башкортостан совместно с Государственным комитетом Республики Башкортостан по торговле и защите прав потребителей, в целях реализации на территории муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан единой государственной политики по организации питания обучающихся Администрация Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить единое 2-х недельного меню для обучающихся общеобразовательных организаций муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан согласно приложению к настоящему постановлению.
2. Постановление Администрации Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан от 12.12.2019 № 1494 «Об утверждении единого меню для обучающихся общеобразовательных организаций муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан» считать утратившим силу.
3. Отделу по информационно-аналитической работе Администрации Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан разместить настоящее постановление на официальном сайте Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».
4. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя главы Администрации Муниципального района Благовещенский район Республики Башкортостан по социальным вопросам Давлятянова И.Г.

Глава Администрации



О.Е. Голов

УТВЕРЖДЕНО

Приложение

к постановлению Администрации

Муниципального района

Благовещенский район

Республики Башкортостан

от «*28*» *августа* 20*20* г. № *732*

**Единое 2-х недельное меню для обучающихся общеобразовательных
организаций муниципального района Благовещенский район
Республики Башкортостан**

ЕДИНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

День недели: понедельник

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У			В1	С	А		Са	Р	Мд		Fe
1	2	3	4	5	6		7	8	9	10		12	13	14	15	
Завтрак																
1	Сыр (порциями)	10	3	3			36		0,07	21		100	60	5,5		0,07
17	Котлеты из птицы	60	10	11	8		171	0,05		30,4		38	121,66	22,8		1,06
33	Макаронные изделия отварные	150	6	5	36		212	0,09		24		11,15	46,26	8,18		0,83
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12		70	0,02	0,65	10		60,3	45	7		0,08
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14		71	0,05				6,9	26,1	9,9		0,6
Итого за Завтрак			22	21	70		560	0,21	0,72	85,4		216,35	299,02	53,38		2,64
Обед																
5,04	Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1	6	6		82	0,02	22,98			25,9	19,04	10,34		0,35
15,2	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной	200/5	12	9	12		180	0,12	21,44	7,61		33,08	158,78	34,36		2,52
48,08	Плов из отварной говядины	30/150	13	16	39		350	0,08	1,35			14,02	178,97	41,8		1,97
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12		128		20,1			0,32				0,03
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10		50	0,04				7,25	32,5	10,5		0,9
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12		59	0,04				5,75	21,75	8,25		0,5
Итого за Обед			30	31	91		849	0,3	61,97	7,61		86,32	411,04	105,25		6,27
Итого за день			52	52	161		1409	0,51	62,69	93,01		302,67	710,06	158,63		8,91

День недели: вторник

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Мл	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
106,01	Запеканка из творога со стуженым молоком	130/20	30	8	33	330	0,08	0,82	27,55	216,67	295,62	39,05	0,72	
81	Масло сливочное (порциями)	10		7		66			40	2,4	3		0,02	
80	Чай с сахаром*	200			15	60				0,45			0,05	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
155,02	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3	3	5	60			10,9					
Итого за Завтрак			35	18	67	587	0,13	0,82	78,45	226,42	324,72	48,95	1,39	
Обед														
6,07	Винегрет	60	1	6	4	76	0,03	5,64		13,2	24,49	11,08	0,47	
19,28	Суп куллама по- деревенски на мясном бульоне	200	12	7	13	162	0,08	2,99	25,76	20,55	134,18	23,56	2,15	
50,02	Гуляш из отварного мяса	30/30	9	11	2	144	0,04	1,62		8,79	101,41	15,23	1,46	
205	Каша пшениная рассыпчатая с маслом	185	8	6	47	273	0,3		20	20,15	165,07	58,27	1,91	
69,06	Компот из плодов яблок витаминизированный (витамин С)	200			16	67	0,01	20,2		6,76	4,4	3,6	0,92	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			34	30	104	831	0,54	30,45	45,76	82,45	483,8	130,49	8,31	
Итого за день			69	48	171	1418	0,67	31,27	124,21	308,87	808,52	179,44	9,7	

День недели: среда

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
3	Огурцы свежие	20				2	0,01	1,4		3,4	6	2,8	0,1	
40	Биточки (котлеты) рыбные*	60	9	4	9	108	0,05	0,3		26,6	121,66	17,48	0,46	
37,01	Пюре картофельное	150	3	6	22	153	0,17	26,11	28,8	43,14	98,22	33,03	1,2	
45,01	Какао с молоком	200	4	4	22	136	0,03	0,38	15,96	121,78	109,42	29,92	0,96	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
101,06	Фрукт	75	1		7	34	0,05	34,2		31,5	15,3	9,9	0,09	
Итого за Завтрак			19	14	74	504	0,36	62,39	44,76	233,32	376,7	103,03	3,41	
Обед														
6,06	Салат витаминный	60	1	6	6	84	0,02	12,78		17,74	17,46	10,85	0,53	
16,13	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	200/5	13	9	9	171	0,1	17,47	7,62	30,07	155,45	30,18	2,43	
261,02	Птица, тушенная в соусе с овощами	30/150	16	16	19	287	0,2	22,12	51,16	44,56	197,58	49,19	2,12	
38	Компот из рябины черноплодной и яблок*	200			16	69	0,01	5		9,08	12,43	4,59	0,74	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			34	31	72	720	0,41	57,37	58,78	114,45	437,17	113,56	7,22	
Итого за день			53	45	146	1224	0,77	119,76	103,54	347,77	813,87	216,59	10,63	

День недели: четверг

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тичность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21	100	60	5,5	0,07	
169	Каша "Дружба с маслом	180/5	5	7	25	185	0,09	1,19	38,36	115,25	127,44	27,82	0,52	
102	Булочка Домашняя	60	5	10	38	256								
42	Чай с лимоном*	200			15	62				3,25	1,54	0,84	0,09	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
Итого за Завтрак			15	20	92	610	0,14	4,06	59,36	225,4	215,08	44,06	1,28	
Обед														
76,02	Салат из моркови	60	1	6	5	80	0,03	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38	
12,16	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	200/5	14	9	14	196	0,1	24,92	7,63	46,02	173,75	39,96	3,1	
49,04	Жаркое по-домашнему	30/120	11	14	17	236	0,15	21,2		17,3	152,04	35	2,27	
69	Компот из урожая	200	1		25	108	0,03	1		41,86	38	27,25	0,84	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			31	29	83	729	0,39	49,76	7,63	132,49	447,2	141,02	7,99	
Итого за день			46	49	175	1339	0,53	53,82	66,99	357,89	662,28	185,08	9,27	

№ реп.	Прiem пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
98	Салат из капусты белокочанной	60	2	6	6	87	0,03	34,65		39,53	30,15	15,12	0,55	
48,08	Плов из отварной говядины	30/150	13	16	39	350	0,08	1,35		14,02	178,97	41,8	1,97	
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12	70	0,02	0,65	10	60,3	45	7	0,08	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
Итого за Завтрак			18	24	71	578	0,18	36,65	10	120,75	280,22	73,82	3,2	
Обед														
7,05	Салат из свежлы отварной	60	1	3	5	51	0,01	5,7		21,09	24,57	12,54	0,8	
19,29	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	16	10	12	200	0,09	1,77	10,15	22,35	175,47	27,27	2,83	
19	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	10	6	5	111	0,09	3,81	6,2	33	166,16	44,06	0,78	
197,03	Картофель отварной	180	4	1	31	145	0,23	37,68		18,84	109,27	43,33	1,7	
69,06	Компот из плодов яблок витаминизированный (витамиn С)	200			16	67	0,01	20,2		6,76	4,4	3,6	0,92	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			35	20	91	683	0,51	69,16	16,35	115,04	534,12	149,55	8,43	
Итого за день			53	44	162	1261	0,69	105,81	26,35	235,79	814,34	223,37	11,63	

День недели: понедельник

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21	100	60	5,5	0,07	
39	Биточки(котлеты) мясные*	60	11	8	10	160	0,05	0,15	15,2	33,44	114,06	22,04		
33	Макаронные изделия отварные	150	6	5	36	212	0,09		24	11,15	46,26	8,18	0,83	
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12	70	0,02	0,65	10	60,3	45	7	0,08	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
Итого за Завтрак			23	18	72	549	0,21	0,87	70,2	211,79	291,42	52,62	1,58	
Обед														
7,04	Салат из свеклы с яблоками	60	1	3	5	51	0,01	5,63		17,68	19,47	10,44	0,91	
13,06	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	200	15	8	16	197	0,22	9,74	0,11	35,39	190,3	43,15	3,26	
53,15	Бефстроганов из отварной говядины	30/30	10	9	2	132	0,04	0,5	11,25	13,68	103,11	15,19	1,44	
35	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150	9	7	40	253	0,29		24	15,28	208,03	138,41	4,65	
47	Инстантный витаминизированный напиток(кисель)	200			12	128		16,2		0,32			0,03	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			39	27	97	870	0,64	32,07	35,36	95,35	575,16	225,94	11,69	
Итого за день			62	45	169	1419	0,85	32,94	105,56	307,14	866,58	278,56	13,27	

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерге- тичность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У			В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15		
Завтрак															
52	Шанежка с картофелем	75	8	8	44	286	0,17	10,64	45,81	54,27	123,85	25,73	1,34		
9,02	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	180/5	5	7	30	202	0,06	1,17	38	111,59	124,35	26,55	0,4		
42	Чай с лимоном*	200			15	62		2,8		3,25	1,54	0,84	0,09		
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6		
Итого за Завтрак			15	15	103	621	0,28	14,61	83,81	176,01	275,84	63,02	2,43		
Обед															
76,02	Салат из моркови	60	1	6	5	80	0,03	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38		
12,18	Свекольник на курином бульоне со сметаной	200/5	3	5	15	121	0,07	15,21	7,5	32,53	57,52	25,98	1,27		
12,08	Плов из птицы	40/140	14	18	39	371	0,11	4,26	21,6	20,13	177,94	44,64	1,47		
69,06	Компот из плодов яблок витаминизированный (витамины С)	200			16	67	0,01	20,2		6,76	4,4	3,6	0,92		
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9		
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5		
Итого за Обед			22	29	97	748	0,3	42,31	29,1	86,73	323,27	113,03	5,44		
Итого за день			37	44	200	1369	0,58	56,92	112,91	262,74	599,11	176,05	7,87		

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
105	Помидоры свежие	20			1	5	0,01	5		2,8	5,2	4	0,18	
17	Котлеты из птицы	60	10	11	8	171	0,05		30,4	38	121,66	22,8	1,06	
37,01	Пюре картофельное	150	3	6	22	153	0,17	26,11	28,8	43,14	98,22	33,03	1,2	
45,01	Какао с молоком	200	4	4	22	136	0,03	0,38	15,96	121,78	109,42	29,92	0,96	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
Итого за Завтрак			19	21	67	536	0,31	31,49	75,16	212,62	360,6	99,65	4	
Обед														
6,06	Салат витаминный	60	1	6	6	84	0,02	12,78		17,74	17,46	10,85	0,53	
19,29	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	16	10	12	200	0,09	1,77	10,15	22,35	175,47	27,27	2,83	
98,06	Рагу из овощей в томатном соусе с мясом	25/150	10	14	16	232	0,13	31,11	3	40,92	148,87	42,57	2,22	
38	Компот из рябины черноплодной и яблок	200			16	69	0,01	5		9,08	12,43	4,59	0,74	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			31	30	72	694	0,33	50,66	13,15	103,09	408,48	104,03	7,72	
Итого за день			50	51	139	1230	0,64	82,15	88,31	315,71	769,08	203,68	11,72	

День недели: четверг

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А		Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15	
Завтрак															
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21		100	60	5,5	0,07	
55,02	Омлет натуральный с маслом	140/5	15	21	3	263	0,09	0,52	29,25		107,34	240,53	18,28	2,69	
42	Чай с лимоном*	200			15	62		2,8			3,25	1,54	0,84	0,09	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05				6,9	26,1	9,9	0,6	
83,02	Яблоко	100			10	47	0,03	10			16	11	9	2,2	
Итого за Завтрак			20	24	42	479	0,17	13,39	31,25		233,49	339,17	43,52	5,65	
Обед															
5,04	Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1	6	6	82	0,02	22,98			25,9	19,04	10,34	0,35	
15,23	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	13	9	14	192	0,12	13,87	7,62		26,23	171,85	33,68	2,58	
	Говядина тушенная с овощами в соусе	30/120	11	13	13	216	0,12	12,75			15,88	138,26	29,95	2	
69,01	Компот из кураги	200	1		21	90	0,02	0,8			32,33	29,2	21	0,67	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04				5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			30	28	76	689	0,36	50,4	7,62		113,34	412,6	113,72	7	
Итого за день			50	52	118	1168	0,53	63,79	32,87		346,83	751,77	157,24	12,65	

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тичность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
Завтрак														
100	Каша молочная из пшеничной крупы "Артек" жидкая с маслом	180/5	7	7	33	223	0,14	1,17	38	123,74	181,86	34,2	1,81	
122,02	Плюшки московские	60	5	8	36	237	0,08	0,15	14,32	17,76	55,68	9,02	0,63	
80	Чай с сахаром*	200			15	60				0,45			0,05	
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	0,6	
155,02	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	100	3	3	5	60			10,9					
Итого за Завтрак			17	18	103	651	0,27	1,32	63,22	148,85	263,64	53,12	3,09	
Обед														
7,05	Салат из свеклы отварной	60	1	3	5	51	0,01	5,7		21,09	24,57	12,54	0,8	
16,06	Щи из свежей капусты с со сметаной	200/5	2	5	8	86	0,06	25,56	7,5	31,72	41,72	18,84	0,67	
29,02	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	50/50	10	4	4	99	0,08	2,59	11,08	29,82	159,11	40,21	0,71	
36	Рис отварной	150	4	6	40	226	0,04		28	6	83,1	27	0,55	
69,06	Компот из плодов яблок витаминизированный (витамины С)	200			16	67	0,01	20,2		6,76	4,4	3,6	0,92	
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04			7,25	32,5	10,5	0,9	
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59	0,04			5,75	21,75	8,25	0,5	
Итого за Обед			21	18	95	638	0,28	54,05	46,58	108,39	367,15	120,94	5,05	
Итого за день			38	36	198	1289	0,55	55,37	109,8	257,24	630,79	174,06	8,14	
Итого за период			510	466	1639	13126	6,32	664,52	1151,55	3042,65	7426,4	1952,7	103,79	
Итого за период			51	47	164	1313	0,63	66,45	115,16	304,27	742,64	195,27	10,38	

* витаминизация третьих блюд проводится специальными витаминно-минеральными премиксами.
Витаминизация третьих блюд осуществляется в соответствии с указаниями по применению премиксов.