

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ г.Кургана "СОШ № 17" Шундеева Н.В.

(подпись)

УТВЕРЖДАЮ

Врио директора  
МУП "Комбинат  
питания"

(подпись)

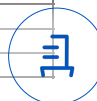
Истомина Ольга Леонидовна

## Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте с 12 до 18 лет (завтрак, не менее 20% суточного рациона).

1 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>			<b>560</b>	<b>18,93</b>	<b>10,3</b>	<b>100,15</b>	<b>641,11</b>	<b>12,7</b>	<b>0,41</b>	<b>146,04</b>	<b>349</b>	<b>399,72</b>	<b>71,5</b>	<b>5,19</b>	
<b>Тефтели в соусе</b>			120	8,6	10,2	7,6	156,87	11,3	0,12	120	22,8	21,3	26,9	1	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №462															
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	108,00	108													
Масло растительное*	2,00	2													
Мука в/с*	1,35	1,35													
Морковь (очищенная)*	5,00	5													
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5													
Томатная паста*	5,00	5													
Сахар*	0,30	0,3													
Соль*	0,50	0,5													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Вода	27,00	27													
Укроп (сушеный)*	0,03	0,03													
<b>Каша гречневая</b>			180	3,6	4,13	34	187,57		0,19	26	15,3	158,22	12,9	3,63	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №508															
Крупа гречневая*	60,00	60													
Масло сливочное*	6,00	6													
Соль*	0,40	0,4													
Вода	144,00	144													
<b>Кефир с сахаром</b>			210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2	
Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2. Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645, сб 1996г															
Кефир*	207,00	200													
Сахар*	10,00	10													
<b>Хлеб пшеничный</b>			30	1,16	0,21	19,25	83,53		0,04		35,6	30,2	2,1	0,36	
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30,00	30													
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>			20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6		
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
<b>Итого:</b>				<b>18,93</b>	<b>10,3</b>	<b>100,15</b>	<b>641,11</b>	<b>12,7</b>	<b>0,41</b>	<b>146,04</b>	<b>349</b>	<b>399,72</b>	<b>71,5</b>	<b>5,19</b>	
2 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Передан через Диадок 02.09.2024 07:52 GMT+03:00 02be140c-4cdf-436e-8b2a-0354865bb757 Страница 1 из 8															



<b>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>22,15</b>	<b>22,9</b>	<b>86,93</b>	<b>639,09</b>	<b>13,32</b>	<b>0,41</b>	<b>162,21</b>	<b>232,95</b>	<b>404,75</b>	<b>63,55</b>	<b>3,26</b>
<b>Батон с маслом сливочным и сыром</b>			50	6,3	5,6	14,7	134,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103	11,75	0,53
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10														
	Сыр*	15,15	15											
	Масло сливочное*	10,00	10											
	Батон "Молочный"**	25,00	25											
<b>Каша молочная пшенная с курагой, со сливочным маслом</b>			260	8,9	3,9	20,7	153,5	2,4	0,28	87,3	49,3	124	17,7	1,49
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-8к-2020(7-11 лет)														
	Крупа пшено*	50,00	50											
	Молоко цельное*	188,00	188											
	Вода	25,00	25											
	Курага*	8,00	8											
	Сахар*	7,00	7											
	Соль*	0,40	0,4											
	Масло сливочное*	10,00	10											
<b>Какао на цельном молоке (130/15/3)</b>			200	4,04	1,7	11,3	76,66	2,02	0,04	22,19	106	132	20,6	0,19
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693														
	Какао*	3,00	3											
	Молоко цельное*	130,00	130											
	Сахар*	15,00	15											
	Вода	10,00	10											
<b>Вафли "Снежинка"</b>			35	1,08	11	23	195,32	3,8						
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
	Вафли "Снежинка"**	35,00	35											
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			25	1,83	0,33	17,23	79,21		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
	Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25											
<b>Итого:</b>				<b>22,15</b>	<b>22,9</b>	<b>86,93</b>	<b>639,09</b>	<b>13,32</b>	<b>0,41</b>	<b>162,21</b>	<b>232,95</b>	<b>404,75</b>	<b>63,55</b>	<b>3,26</b>
<b>3 день</b>														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>26,26</b>	<b>22,9</b>	<b>100,29</b>	<b>736,17</b>	<b>28,78</b>	<b>0,27</b>	<b>405,25</b>	<b>274,45</b>	<b>240,3</b>	<b>63,45</b>	<b>3,79</b>
<b>Мясо тушеное в сметанном соусе</b>			100	14,84	10,4	7,35	233,66	3,08	0,02	20	221	135	20	1,28
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437														
	Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	83,00	83											
	Масло растительное*	5,00	5											
	Лук репчатый (очищенный)*	30,00	30											
	Сметана*	20,00	20											
	Мука в/с*	6,00	6											
	Соль*	0,30	0,3											
	Вода	30,00	30											
	Лавровый лист*	0,02	0,02											
	Укроп (сушеный)*	0,10	0,1											
<b>Макароны отварные с овощами</b>			190	5,4	8,3	33,2	229,1	2,8	0,13	285	33,65	63,2	27,84	1,36
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516														
	Макаронные изделия*	48,10	48,1											
	Горошек зелёный*	20,00	13											
	Томатная паста*	11,40	11,4											
	Морковь (очищенная)*	35,50	35,5											
	Лук репчатый (очищенный)*	28,00	28											
	Масло сливочное*	15,20	15,2											



Соль*	0,40	0,4													
Вода	279,90	279,9													
<b>Компот "Ягодка"</b>			200	0,18	0,11	8,75	39,25	22,9	0,06	100,25	9,8	9,6	7,85	0,35	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №635															
Смесь ягод "Вкус лета**	25,00	25													
Сахар*	7,00	7													
Вода	180,00	180													
<b>Хлеб пшеничный</b>			50	3,8	0,4	29,63	137,32		0,06		10	32,5	7	0,5	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	50,00	50													
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			30	2,04	0,36	21,36	96,84						0,76	0,3	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30													
<b>Итого:</b>				<b>26,26</b>	<b>2,99</b>	<b>100,29</b>	<b>736,17</b>	<b>28,78</b>	<b>0,27</b>	<b>405,25</b>	<b>274,45</b>	<b>240,3</b>	<b>63,45</b>	<b>3,79</b>	
<b>4 день</b>															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>			<b>640</b>	<b>21,3</b>	<b>10,7</b>	<b>97,34</b>	<b>643,58</b>	<b>82,29</b>	<b>0,49</b>	<b>165,07</b>	<b>100,16</b>	<b>354,85</b>	<b>109,85</b>	<b>10,05</b>	
<b>Котлета рыбная "Любительская" (горбуша)</b>			100	11,3	7,62	6,5	139,78	2,69	0,18	20,42	41,38	194,77	38,51	1,17	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390															
Горбуша*	104,00	68													
Морковь (очищенная)*	25,00	25													
Хлеб пшеничный*	8,00	8													
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7													
Молоко цельное*	10,00	10													
Меланж*	7,00	7													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	10,94	7													
Соль*	0,20	0,2													
Масло растительное*	2,00	2													
<b>Картофель отварной</b>			210	4,37	6,94	35,14	220,5	43	0,26	2,45	23,18	126,8	49,45	1,95	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №239															
Картофель (очищенный)*	215,00	215													
Масло сливочное*	7,00	7													
Соль*	1,00	1													
<b>Поджаривка: Маринад овощной с томатом</b>			60	0,86	3,58	4,75	54,66	1,6	0,03	19,7	20,6	29,03	16,88	0,38	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78															
Морковь (очищенная)*	40,00	40													
Лук репчатый (очищенный)*	12,00	12													
Томатная паста*	7,00	7													
Масло растительное*	3,50	3,5													
Лимонная кислота*	0,10	0,1													
Сахар*	0,60	0,6													
Соль*	0,20	0,2													
Вода	25,20	25,2													
<b>Напиток из плодов шиповника</b>			200	0,85		8,23	36,32	35	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705															
Шиповник*	20,00	20													
Сахар*	7,00	7													
Вода	185,00	185													
<b>Хлеб пшеничный</b>			40	1,88	0,28	21,36	95,48								
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	40,00	40													



<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			30	2,04	0,36	21,36	96,84					0,76	0,3		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*			30,00	30											
<b>Итого:</b>					<b>21,3</b>	<b>10,7</b>	<b>97,34</b>	<b>643,58</b>	<b>82,29</b>	<b>0,49</b>	<b>165,07</b>	<b>100,16</b>	<b>354,85</b>	<b>109,85</b>	<b>10,05</b>
<b>5 день</b>															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>			<b>670</b>	<b>20,14</b>	<b>10,7</b>	<b>84,92</b>	<b>578,02</b>	<b>6,78</b>	<b>0,17</b>	<b>190,09</b>	<b>259,45</b>	<b>449,6</b>	<b>61,6</b>	<b>6,77</b>	
<b>Омлет натуральный, со сливочным маслом</b>															
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211															
Меланж*			160,00	160											
Молоко цельное*			60,00	60											
Масло сливочное*			5,00	5											
Масло растительное*			5,00	5											
Соль*			0,80	0,8											
<b>Чай с сахаром</b>			205	0,8		7,16	31,84		0,03	0,09	4,95	8,5	4,4	0,82	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №685															
Сахар*			7,00	7											
Чай*			4,00	4											
Вода			205,00	205											
<b>Хлеб пшеничный</b>			40	1,88	0,28	21,36	95,48								
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*			40,00	40											
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*			20,00	20											
<b>Сок фруктовый т/п</b>			200	0,1		21,2	74,5	6		35	58	78,3	28	1,9	
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
Сок(т/п)*			200,00	200											
<b>Итого:</b>					<b>20,14</b>	<b>10,7</b>	<b>84,92</b>	<b>578,02</b>	<b>6,78</b>	<b>0,17</b>	<b>190,09</b>	<b>259,45</b>	<b>449,6</b>	<b>61,6</b>	<b>6,77</b>
<b>6 день</b>															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>21,27</b>	<b>22,0</b>	<b>97,84</b>	<b>680,02</b>	<b>42,74</b>	<b>0,36</b>	<b>188,83</b>	<b>304,9</b>	<b>267,31</b>	<b>70,44</b>	<b>3,53</b>	
<b>Жаркое с мясом</b>			280	15,78	3,0	31,89	367,89	11,2	0,22	186,3	214	180,11	51,74	1,87	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №111															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*			103,20	103,2											
Картофель (очищенный)*			155,00	155											
Лук репчатый (очищенный)*			30,00	30											
Морковь (очищенная)*			31,00	31											
Масло растительное*			5,00	5											
Томатная паста*			11,00	11											
Масло сливочное*			5,00	5											
Соль*			0,40	0,4											
Вода			25,00	25											
Лавровый лист*			0,05	0,05											
Зелень (укроп,петрушка)*			1,33	1											
<b>Компот "Ягодно-фруктовый микс"</b>			200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	8,0	7,6	6,0	0,5	
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11лет)															



Смесь ягод (яблоко, вишня, клубника)*	20,00	20													
Сахар*	7,00	7													
Вода	180,00	180													
<b>Пряник "Подмосковный"</b>			40	2,77	2,28	18,3	104,8		0,08		11	50	9	0,8	
Пряник "Подмосковный"*	40,00	40													
<b>Хлеб пшеничный</b>			30	1,16	0,21	19,25	83,53		0,04		35,6	30,2	2,1	0,36	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30,00	30													
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
<b>Итого:</b>				<b>21,27</b>	<b>22,05</b>	<b>97,84</b>	<b>680,02</b>		<b>42,74</b>		<b>188,83</b>	<b>304,9</b>	<b>267,31</b>	<b>70,44</b>	<b>3,53</b>

### 7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>			<b>720</b>	<b>23,94</b>	<b>23,49</b>	<b>104,9</b>	<b>724,61</b>	<b>18</b>	<b>0,22</b>	<b>222,75</b>	<b>495,15</b>	<b>418</b>	<b>91,35</b>	<b>4,24</b>
<b>Батон с маслом сливочным и сыром</b>			50	6,3	5,6	14,7	134,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103	11,75	0,53
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10														
Сыр*	15,15	15												
Масло сливочное*	10,00	10												
Батон "Молочный"*	25,00	25												
<b>Каша молочная рисовая, с маслом сливочным</b>			250	11,26	13,78	30	289,06	1,95	0,1	145	186,25	158	45	0,59
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311														
Крупа рис круглозерный*	48,00	48												
Сахар*	0,40	0,4												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,30	0,3												
Молоко цельное*	150,00	150												
Вода	64,00	64												
<b>Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/150)</b>			200	4,92	3,87	20	132,35	1,95	0,06	0,03	180,2	135	21	0,12
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689														
Кофейный напиток*	4,00	4												
Молоко цельное*	150,00	150												
Сахар*	10,00	10												
Вода	60,00	60												
<b>Сок фруктовый т/п</b>			200	0,1		24	96,4	9	0,02	25	24	22	12	3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
<b>Итого:</b>				<b>23,94</b>	<b>23,49</b>	<b>104,9</b>	<b>724,61</b>	<b>18</b>	<b>0,22</b>	<b>222,75</b>	<b>495,15</b>	<b>418</b>	<b>91,35</b>	<b>4,24</b>

### 8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>			<b>560</b>	<b>24,17</b>	<b>10,43</b>	<b>89,48</b>	<b>620,47</b>	<b>15,1</b>	<b>0,21</b>	<b>180,97</b>	<b>339,51</b>	<b>279,1</b>	<b>63,82</b>	<b>2,98</b>
<b>Чахохбили</b>			120	11,2	3,68	7,43	107,64	13,7	0,03	128	162,3	129	31,5	1,5
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493														



Грудка куриная*	143,00	105																		
Лук репчатый (очищенный)*	52,00	52																		
Томатная паста*	15,00	15																		
Мука в/с*	3,00	3																		
Масло растительное*	2,50	2,5																		
Соль*	0,30	0,3																		
Лимонная кислота*	0,10	0,1																		
Сахар*	0,50	0,5																		
Вода	20,00	20																		
Чеснок сушеный*	0,05	0,05																		
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05																		

**Макаронны отварные** 180 6,24 10,8 23,5 216,16 0,08 52,93 12,36 11 9,12 0,92

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516

Макаронные изделия*	63,00	63																		
Масло сливочное*	12,00	12																		
Соль*	0,60	0,6																		

**Кефир с сахаром** 210 4,21 3,5 23,1 140,74 1,4 0,06 0,04 240 190 28 0,2

Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2.Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645,сб 1996г

Кефир*	207,00	200																		
Сахар*	10,00	10																		

**Хлеб пшеничный** 30 1,16 0,21 19,25 83,53 0,04 35,6 30,2 2,1 0,36

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2

Хлеб пшеничный*	30,00	30																		
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Хлеб ржано- пшеничный** 20 1,36 0,24 16,2 72,4 35,3 1,6

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1

Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20																		
-----------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Итого:** 24,17 10,4 89,48 620,47 15,1 0,21 180,97 339,51 279,1 63,82 2,98

**9 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>26,13</b>	<b>20,2</b>	<b>79,16</b>	<b>634,07</b>	<b>104,03</b>	<b>0,28</b>	<b>123,68</b>	<b>192,35</b>	<b>343,03</b>	<b>78,47</b>	<b>10,56</b>
<b>Котлета "Детская"</b>			120	18,18	10,4	12,84	249,24	1	0,08	0,01	16,3	202,17	27,74	2,99

Лечебное питание детей в стационарах №2.6

Говядина*	90,10	90,1																		
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10																		
Хлеб пшеничный*	17,00	17																		
Меланж*	3,00	3																		
Вода	23,00	23																		
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,40	8																		
Соль*	2,50	2,5																		
Масло растительное*	5,00	5																		

**Сложный гарнир№2** 200 4,58 9,3 22,64 192,58 68,03 0,14 1,17 90,15 106,41 42,78 0,96

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №553

Капуста тушеная	100,00	100																		
Картофельное пюре	100,00	100																		

**Напиток из плодов шиповника** 200 0,85 8,23 36,32 35 0,02 122,5 15 4,25 4,25 6,25

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705

Шиповник*	20,00	20																		
Сахар*	7,00	7																		
Вода	185,00	185																		

**Хлеб пшеничный** 30 1,16 0,21 19,25 83,53 0,04







Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
<b>Итого:</b>				<b>26,13</b>	<b>20,24</b>	<b>79,16</b>	<b>634,07</b>	<b>104,03</b>	<b>0,28</b>	<b>123,68</b>	<b>192,35</b>	<b>343,03</b>	<b>78,47</b>	<b>10,56</b>
<b>10 день</b>														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак</b>			<b>590</b>	<b>25,09</b>	<b>20,24</b>	<b>106,38</b>	<b>764,2</b>	<b>10,62</b>	<b>0,29</b>	<b>336,86</b>	<b>255,19</b>	<b>301,25</b>	<b>109,18</b>	<b>3,59</b>
<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b>			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,15	236	192	220	58,3	1,44
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374														
Минтай*	148,28	86												
Морковь (очищенная)*	50,00	50												
Лук репчатый (очищенный)*	50,00	50												
Томатная паста*	10,00	10												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												
Сахар*	0,50	0,5												
Лимонная кислота*	0,05	0,05												
Лавровый лист*	0,07	0,07												
<b>Рис припущенный</b>			180	4,44	10	26	211,76	1,32	0,05	5,5	19,2	5,3	35,28	0,72
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №305														
Крупа рис пропаренный*	48,00	48												
Масло сливочное*	15,00	15												
Соль*	0,40	0,4												
<b>Вафли "Шоколадные"</b>			35	2,31	4,97	25,3	155,17							
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Вафли "Шоколадные"*	35,00	35												
<b>Компот из кураги</b>			200	1,25	0,07	12,3	54,83	5,6		95,36	0,14		0,02	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638														
Курага*	24,00	24												
Сахар*	7,00	7												
Вода	175,00	175												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			25	1,83	0,33	17,23	79,21		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
<b>Хлеб пшеничный</b>			30	1,16	0,21	19,25	83,53		0,04		35,6	30,2	2,1	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Итого:</b>				<b>25,09</b>	<b>20,24</b>	<b>106,38</b>	<b>764,2</b>	<b>10,62</b>	<b>0,29</b>	<b>336,86</b>	<b>255,19</b>	<b>301,25</b>	<b>109,18</b>	<b>3,59</b>





## Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подписи отправителя:	 МУП "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" ИСТОМИНА ОЛЬГА ЛЕОНИДОВНА, ВРЕМЕННО ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ДИРЕКТОРА	 Не требуется для подписания	0228FF70005CB1C9924E21248D7481956C с 24.04.2024 09:41 по 24.07.2025 09:41 GMT+03:00	02.09.2024 07:32 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 17" Шундеева Наталья Валерьевна, Директор	 Не требуется для подписания	69049D708E4B643AEA0D9D02605A381D с 13.06.2023 07:24 по 05.09.2024 07:24 GMT+03:00	02.09.2024 12:52 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа