

Согласовано

УТВЕРЖДАЮ

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

Врио директора
МУП "Комбинат
питания"

Истомина Ольга Леонидовна

(подпись)

(подпись)

Примерное цикличное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте с 12 до 18 лет (обед, не менее 30% 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
Обед			810	29,22	29,05	116,12	842,78	34,45	0,36	281,09	234,35	362,28	66,18	6,06
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			255	2,65	3,88	21,75	132,48	25,25	0,03	188,23	78,5	39,93	16,93	1,83
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №128														
Крупа рис круглозерный*	5,00	5												
Томатная паста*	5,00	5												
Капуста (очищенная)*	50,00	50												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	225,00	225												
Каша перловая с овощами и мясом			250	20,94	21,23	25,7	377,63	3,2	0,08	8,5	33	181,3	30	1,19
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №6.42														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	99,00	99												
Крупа перловая*	47,60	47,6												
Вода	116,70	116,7												
Лук репчатый (очищенный)*	23,00	23												
Масло растительное*	3,50	3,5												
Морковь (очищенная)*	18,00	18												
Соль*	0,60	0,6												
Масло сливочное*	10,00	10												
Чеснок сушеный*	0,10	0,1												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Подгарнировка: Икра свекольная			40	0,82	3,27	7,08	61,04	3,7	0,2	84,36	27,3	95,3	5,75	1,96
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №9.124														
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7												
Свёкла (очищенная)*	30,00	30												
Томатная паста*	11,00	11												
Сахар*	2,00	2												
Масло растительное*	3,20	3,2												
Лимонная кислота*	0,30	0,3												
Соль*	0,30	0,3												
Напиток "Дары осени"			200	1,1	0,06	23	96,94	2,3			87,3			0,03
Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №388														
Курага*	10,00	10												
Изюм*	10,00	10												

Передан через Диадок 02.09.2024 07:32 GMT+03:00
0fb52782-b1ce-47c2-a288-b986cfd1e49

Страница 1 из 10



Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано- пшеничный			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												
Хлеб пшеничный			40	1,88	0,28	21,36	95,48							
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Итого:				29,22	29,05	116,12	842,78	34,45	0,36	281,09	234,35	362,28	66,18	6,06

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
Обед			830	29,66	29,4	116,17	847,92	43,9	0,54	379,25	504,9	545,54	152,55	5,75
Суп-пюре из картофеля, с сухариками														
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №57														
Картофель (очищенный)*	90,00	90												
Морковь (очищенная)*	20,00	20												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Мука в/с*	5,00	5												
Молоко цельное*	100,00	100												
Масло сливочное*	12,00	12												
Вода	150,00	150												
Соль*	0,60	0,6												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Наггетсы "Детские"			100	15,26	15,23	16,23	263,03	4	0,11	86,25	129	126,2	33,8	1,52
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
Наггетсы "Детские"*	110,00	110												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Капуста тушеная			200	1,6	3,3	20,17	116,78	15	0,08	137	109	79,14	39,89	1,23
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534														
Капуста (очищенная)*	229,00	229												
Масло растительное*	4,00	4												
Морковь (очищенная)*	5,00	5												
Лук репчатый (очищенный)*	9,00	9												
Томатная паста*	15,00	15												
Мука в/с*	4,00	4												
Сахар*	3,00	3												
Соль*	0,60	0,6												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Вода	45,80	45,8												
Чай на молоке с сахаром			200	6,8	5	13,56	126,44	2,6	0,08	3	63,3	180	28	0,15
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-6ги-2020(7-11 лет)														
Чай*	4,00	4												
Молоко цельное*	200,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Вода	30,00	30												
Хлеб ржано- пшеничный			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												
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												
Итого:				29,66	29,4	116,17	847,92	43,9	0,54	379,25	504,9	545,54	152,55	5,75

3 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
Обед			800	29,21	28,75	115,63	839,87	44	0,5	353,55	286,3	250,54	89,59	4,48
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			255	9,25	8,23	19,24	188,03	19,28	0,24	143,61	61,85	52,15	23,6	1,09
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №110														
Свёкла (очищенная)*	40,00	40												
Капуста (очищенная)*	20,00	20												
Картофель (очищенный)*	20,00	20												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Томатная паста*	3,00	3												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	5,00	5												
Вода	200,00	200												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Бифштекс "Богатырь"			100	12,69	16,62	9,66	238,98	2	0,04		136,2	38,04	10,5	0,66
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	45,00	45												
Грудка куриная*	61,60	45												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Вода	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												
Масло растительное*	2,00	2												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	15,63	10												
Рагу овощное			180	3,56	3,29	26,58	150,17	12,92	0,11	209,94	57	99	35,89	1,38
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №541														
Картофель (очищенный)*	85,20	85,2												
Морковь (очищенная)*	25,20	25,2												
Капуста (очищенная)*	49,20	49,2												
Лук репчатый (очищенный)*	25,20	25,2												
Томатная паста*	4,20	4,2												
Масло растительное*	2,60	2,6												
Мука в/с*	2,20	2,2												
Соль*	0,40	0,4												
Вода	24,40	24,4												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Сок фруктовый разливной			200			21,56	88	9,8	0,06		23	15,6	6,1	0,3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(разливной)*	200,00	200												
Хлеб пшеничный			40	1,88	0,28	21,36	95,48							
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			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												
Итого:				29,21	28,75	115,63	839,87	44	0,5	353,55	286,3	250,54	89,59	4,48

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо



			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед			805	27,69	28,06	116,79	830,46	32,76	1,03	218,89	394,64	441,42	160,07	9,82	
Суп из овощей, со сметаной			255	3,73	6,13	23,5	164,09	26,56	0,09	185,19	27,08	58,4	23,78	0,85	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №135															
	Капуста (очищенная)*	32,00	32												
	Картофель (очищенный)*	50,00	50												
	Морковь (очищенная)*	10,00	10												
	Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
	Горошек зелёный*	11,50	7,5												
	Масло растительное*	2,50	2,5												
	Соль*	0,40	0,4												
	Сметана*	5,00	5												
	Лавровый лист*	0,01	0,01												
	Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
	Петрушка (сушеная)*	0,01	0,01												
	Вода	200,00	200												
Мясо тушеное, с овощами			100	6,3	13,58	10,12	187,9	3,6	0,07	2,9	22,75	140,6	29,87	2,55	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №180															
	Говядина*	81,00	81												
	Масло растительное*	3,30	3,3												
	Масло сливочное*	7,80	7,8												
	Лук репчатый (очищенный)*	23,00	23												
	Морковь (очищенная)*	23,00	23												
	Томатная паста*	11,00	11												
	Мука в/с*	6,70	6,7												
	Соль*	0,60	0,6												
	Вода	27,80	27,8												
	Лавровый лист*	0,01	0,01												
	Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
	Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Пюре из бобовых			180	7,2	5,21	33,2	208,49		0,79	4,8	104,81	202,21	77,66	5,6	
Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №199															
	Крупа горох*	88,20	88,2												
	Масло сливочное*	12,00	12												
	Соль*	0,60	0,6												
Кофейный напиток на цельном молоке (6/15/200)			200	6,54	2,5	7,25	77,66	2,6	0,08	26	240	40,21	28	0,52	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689															
	Кофейный напиток*	6,00	6												
	Молоко цельное*	200,00	200												
	Сахар*	15,00	15												
	Вода	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			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												
Хлеб пшеничный			40	1,88	0,28	21,36	95,48								
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Итого:				27,69	28,06	116,79	830,46	32,76	1,03	218,89	394,64	441,42	160,07	9,82	
5 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	
Обед			810	29,14	27,86	117,76	838,34	19,62	0,55	235,54	434,74	439,85	133,39	3,87	
Рассольник ленинградский			255	4,13	3,6	18,9	124,52	16,92	0,11	125,3	21,75	74,85	26,39	0,98	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №132															
	Картофель (очищенный)*	75,00	75												



Крупа перловая*	5,00	5												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5												
Огурцы консервированные (соленые)*	27,30	15												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Вода	187,50	187,5												
Соль*	0,60	0,6												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Сметана*	5,00	5												
Картофельная запеканка с рыбой, со сливочным маслом			265	18,2	20	35,6	395,2	1,3	0,33	110,2	172,99	175	79	2,69

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229

Минтай*	195,00	117												
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
Масло сливочное*	8,00	8												
Картофель (очищенный)*	155,00	155												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	6,20	4												
Соль*	1,00	1												
Сыр*	27,27	27												
Масло растительное*	3,00	3												
Масло сливочное*	10,00	10												

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, рецептов 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

			40	1,88	0,28	21,36	95,48							
--	--	--	----	------	------	-------	-------	--	--	--	--	--	--	--

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

Хлеб пшеничный*	40,00	40												
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Хлеб ржано- пшеничный

			40	0,72	0,48	18,8	82,4		0,05					
--	--	--	----	------	------	------	------	--	------	--	--	--	--	--

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

Хлеб-ржано пшеничный*	40,00	40												
-----------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Итого:

			29,14	27,86	117,76	838,34	19,62	0,55	235,54	434,74	439,85	133,39	3,87	
--	--	--	--------------	--------------	---------------	---------------	--------------	-------------	---------------	---------------	---------------	---------------	-------------	--

6 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
Обед			1 040	31,72	29,26	117,36	848,96	11,19	0,87	237,57	499,81	605,05	128,12	6,71
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			270	6,27	5,3	6,9	100,38	0,19	0,15	135	176	186,75	43,2	1,59

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168

Морковь (очищенная)*	30,00	30												
Капуста (очищенная)*	20,00	20												
Картофель (очищенный)*	22,50	22,5												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Мука в/с*	4,00	4												
Масло сливочное*	8,00	8												
Молоко цельное*	100,00	100												
Соль*	0,50	0,5												
Вода	100,00	100												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Лавровый лист*	0,02	0,02												

Мясо тушеное в сметанном соусе

			100	12,3	8,9	2,5	139,3	3,6	0,53	14,6	13,45	139	19,8	2,1
--	--	--	-----	------	-----	-----	-------	-----	------	------	-------	-----	------	-----

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	83,40	83,4												
Масло растительное*	2,00	2												



Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
Сметана*	10,00	10												
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												

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

Сборник рецептов 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, рецептов 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 40 1,88 0,28 21,36 95,48

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

Хлеб пшеничный*	40,00	40												
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Хлеб ржано- пшеничный 40 0,72 0,48 18,8 82,4 0,05

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

Хлеб-ржано пшеничный*	40,00	40												
-----------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Сок фруктовый т/п 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												
-----------	--------	-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Итого: 31,72 29,26 117,36 848,96 11,19 0,87 237,57 499,81 605,05 128,12 6,71

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
Обед			810	28,74	29,89	115,17	904,56	14,49	0,46	206,3	275,8	457,96	95,52	6,09
Суп куриный с вермишелью			250	6,3	6,2	31,01	205,04	11,65	0,1	152,1	13,92	78,3	43,8	0,7

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147

Грудка куриная*	75,34	55												
Картофель (очищенный)*	50,00	50												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Масло сливочное*	8,00	8												
Макаронные изделия (паутинка)*	5,00	5												
Соль*	1,30	1,3												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Вода	190,00	190												

Омлет с сыром, со сливочным маслом (5) 240 16,2 21,47 16,9 325,63 1,24 0,16 4,6 190 362 32,6 4,83

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342

Меланж*	190,00	190												
Молоко цельное*	95,00	95												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	1,10	1,1												
Сыр*	25,25	25												
Масло сливочное*	10,00	10												

Подгарнировка: Икра "Витаминка" 50 1,46 1,49 14,41 76,89 1,6 0,2 49,6 71,68 17,66 18,36 0,23

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124

Морковь (очищенная)*	32,00	32												
Курага*	20,00	20												



Сахар*	2,00	2											
Лимонная кислота*	0,10	0,1											
Масло растительное*	3,00	3											
Соль*	0,20	0,2											
Компот из смеси сухофруктов			200	0,86	0,09	10,13	104,68				0,2		0,03

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №864

Сухофрукты*	30,00	30											
Сахар*	10,00	10											
Вода	202,00	202											

Хлеб пшеничный

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

Хлеб пшеничный*	40,00	40											
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Хлеб ржано- пшеничный

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

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

Итого:

			28,74	29,89	115,17	904,56	14,49	0,46	206,3	275,8	457,96	95,52	6,09
--	--	--	--------------	--------------	---------------	---------------	--------------	-------------	--------------	--------------	---------------	--------------	-------------

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
Обед			965	28,08	27,81	115,99	651,77	16,03	0,42	274,3	419,28	350,86	120,84	7,99
Суп картофельный с бобовыми, с гречками			270	5,95	7,9	17,3		6,75	0,33	12,3	97	112,13	37,1	1,99

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139

Крупа горох*	15,00	15												
Картофель (очищенный)*	45,00	45												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,40	0,4												
Гренки	25,00	25												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Вода	200,00	200												
Плов с мясом			230	17,18	19,3	18	314,42	2,4	0,02	150	187,83	82,56	19,14	2,35

Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №265

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	93,00	93												
Крупа рис пропаренный*	54,00	54												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
Морковь (очищенная)*	18,00	18												
Томатная паста*	5,00	5												
Соль*	0,50	0,5												
Чеснок сушеный*	0,05	0,05												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Компот из кураги			200	1,14		20,9	88,16	0,88	0,02	77	68,2	32,12	23,1	0,7

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638

Курага*	15,00	15											
Сахар*	10,00	10											
Вода	175,00	175											

Хлеб ржано- пшеничный

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

Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25											
-----------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Хлеб пшеничный

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

Хлеб пшеничный*	40,00	40											
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Сок фруктовый т/п		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												
Итого:					28,08	27,81	115,99	651,77	16,03	0,42	274,3	419,28	350,86	120,84	7,99
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	
Обед			810	29,01	28,27	119,47	848,35	51,42	0,5	224,72	256,82	433,83	102,43	3,58	
Борщ Сибирский, со сметаной			260	1,93	5,9	18,23	133,74	18,78	0,05	186,51	43,8	52,05	22,45	1,13	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111															
Свёкла (очищенная)*		40,00	40												
Капуста (очищенная)*		20,00	20												
Картофель (очищенный)*		15,00	15												
Морковь (очищенная)*		10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*		10,00	10												
Томатная паста*		3,00	3												
Масло растительное*		3,00	3												
Фасоль консервированная*		16,70	10												
Соль*		0,40	0,4												
Сметана*		10,00	10												
Вода		200,00	200												
Лавровый лист*		0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*		0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*		0,10	0,1												
Рыба запеченая			100	17,42	13,68	6,89	220,36	1,06	0,24	35,4	123,56	236,06	35,4	0,71	
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №234															
Горбуша*		181,54	118												
Мука в/с*		5,00	5												
Масло растительное*		3,00	3												
Соль*		0,30	0,3												
Картофельное пюре			180	4,96	7,92	28,03	203,24	31,58	0,21	2,81	89,32	145,72	43,82	1,42	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128															
Картофель (очищенный)*		154,00	154												
Молоко цельное*		35,00	35												
Масло сливочное*		8,00	8												
Соль*		1,00	1												
Напиток фруктовый "Изюминка"			200	0,78	0,13	23,6	98,69				0,14			0,02	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638															
Изюм*		25,00	25												
Сахар*		7,00	7												
Вода		202,00	202												
Хлеб пшеничный			40	1,88	0,28	21,36	95,48								
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			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												
Итого:				29,01	28,27	119,47	848,35	51,42	0,5	224,72	256,82	433,83	102,43	3,58	
10 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	
Обед			810	27,23	27,76	117,65	829,37	37,75	0,65	327,46	371,64	368,59	133,39	8,09	
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			255	3,13	5,88	12,34	114,8	30,9	0,06	127,16	41,08	49,7	15,15	10,79	







Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124														
Капуста (очищенная)*	50,00	50												
Картофель (очищенный)*	30,00	30												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Томатная паста*	2,50	2,5												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Сметана*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Гречетто с мясом(8)			240	15,36	14,5	36,54	338,1	1,75	0,28	115,9	54	187,84	123,7	4,09
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	102,00	102												
Крупа гречневая*	58,30	58,3												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Морковь (очищенная)*	15,00	15												
Томатная паста*	5,00	5												
Соль*	1,50	1,5												
Вода	155,00	155												
Укроп (сушеный)*	1,00	1												
Подгарнировка: Икра свекольная			40	0,82	3,27	7,08	61,04	3,7	0,2	84,36	27,3	95,3	5,75	1,96
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124														
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7												
Свёкла (очищенная)*	30,00	30												
Томатная паста*	11,00	11												
Сахар*	2,00	2												
Масло растительное*	3,20	3,2												
Лимонная кислота*	0,30	0,3												
Соль*	0,30	0,3												
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			40	1,88	0,28	21,36	95,48							
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			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												
Итого:			27,23	27,76	117,65	829,37	37,75	0,65	327,46	370,63	568,59	185,95	8,09	





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 12:50 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа