

СОГЛАСОВАНО
Руководитель Заказчика
Директор _____ подписано ЭЦП

УТВЕРЖДЕНО
Руководитель Исполнителя
Директор _____ подписано ЭЦП

Примерное десятидневное цикличное меню для организации платного горячего питания обучающихся (обед)

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			750	29	28,28	110,67	813,2	38	1,08	354,21	313,38	423,25	103,21	5,71	
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			205	2,12	3,1	17,4	105,98	20,2	0,02	102,65	63,26	31,94	13,54	1,46	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №128															
Крупа рис круглозерный*	4,00	4													
Томатная паста*	4,00	4													
Капуста (очищенная)*	40,00	40													
Морковь (очищенная)*	8,00	8													
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	0,30	0,3													
Сметана*	5,00	5													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02													
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02													
Вода	180,00	180													
Каша перловая с овощами и мясом			240	19,96	20,5	39,8	423,54	1,3	0,72	102	214	283,7	48,17	2,07	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №6.42															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	100,00	100													
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	0,95	3,23	5,17	53,55	13,5	0,02	48,56	15,47	24,66	7,6	0,7	
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*	0,50	0,5													
Масло растительное*	3,20	3,2													



Лимонная кислота*	0,30	0,3												
Соль*	0,10	0,1												
Напиток "Дары осени"			200	1,1	0,8	19,98	91,52	3	0,23	101	4,4	11,2	14,8	0,03
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №388														
Курага*	10,00	10												
Изюм*	10,00	10												
Сахар*	10,00	10												
Вода	180,00	180												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,88	45,81		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	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Итого:97 руб.			29	28,28	110,67	813,2	38	1,08	354,21	313,38	423,25	103,21	5,71	

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			775	29,01	25,85	120,72	831,54	60,71	0,41	326,64	320,57	236,04	104,44	6,76
Суп-пюре из картофеля, с сухариками			220	2,89	4,42	16,95	119,1	15,79	0,11	69,02	69,16	8,08	13,06	0,81
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №57														
Картофель (очищенный)*	72,00	72												
Морковь (очищенная)*	16,00	16												
Лук репчатый (очищенный)*	16,00	16												
Мука в/с*	4,00	4												
Молоко цельное*	30,40	30,4												
Масло сливочное*	12,00	12												
Вода	150,00	150												
Соль*	0,40	0,4												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Нагетсы "Детские"			100	16,5	16,5	20,3	295,7	4	0,11	129	129	70,2	33,8	1,52
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
Нагетсы "Детские"(пром-ного пр-ва)*	110,00	110												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Капуста тушеная			180	3,78	4,14	17,89	123,95	29,82	0,05	128,57	98,41	73,47	31,73	1,42
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534														
Капуста (очищенная)*	206,00	206												
Масло растительное*	4,00	4												
Морковь (очищенная)*	6,00	6												
Лук репчатый (очищенный)*	9,00	9												
Томатная паста*	12,00	12												
Мука в/с*	5,00	5												
Сахар*	3,00	3												
Соль*	0,40	0,4												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Вода	41,20	41,2												
Чай с сахаром и молоком №6			200	1,2	0,05	20,03	85,37	0,1		0,05	4,95	8,24	4,4	0,82
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №65														
Сахар*	7,00	7												



Чай*	3,00	3												
Молоко цельное*	65,00	65												
Вода	145,00	145												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,65	1,05	0,6
Пастила фруктовая*	15,00	15												
Итого:97 руб.				29,01	25,85	120,72	831,54	60,71	0,41	326,64	320,57	236,04	104,44	6,76

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			755	29,08	29,29	113,61	834,37	12,59	0,36	261,72	385,36	354,62	118,63	7,28
Суп куриный с вермишелью (ЦБ)			200	5,02	4,84	25,77	166,72	9,2	0,09	120,32	13,96	63,12	17,93	0,76

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

Набор из мяса ЦБ*	23,08	15												
Картофель (очищенный)*	40,00	40												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Масло сливочное*	4,00	4												
Макаронные изделия (паутинка)*	4,00	4												
Соль*	1,00	1												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	180,00	180												

Омлет с сыром, со сливочным маслом (5)

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

Меланж*	180,00	180												
Молоко цельное*	63,00	63												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	1,10	1,1												
Сыр*	20,20	20												
Масло сливочное*	10,00	10												

Подгарнировка: Икра "Витаминка"

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

Морковь (очищенная)*	32,00	32												
Курага*	20,00	20												
Сахар*	0,90	0,9												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,10	0,1												

Компот из смеси сухофруктов

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

Сухофрукты*	25,00	25												
Сахар*	15,00	15												

Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04					
-----------------------	--	--	----	------	------	-------	------	--	------	--	--	--	--	--



Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный				30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*		30,00	30												
Итого:97 руб.				29,08	29,29	113,61	834,37	12,59	0,36	261,72	385,36	354,62	118,63	7,28	
4 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				768	42,12	31,85	121,48	930,06	19,96	1,64	225,93	413,78	644,55	167,07	10,51
Борщ Сибирский, со сметаной				205	1,54	3,09	14,58	92,29	15,02	0,04	149,21	35,04	41,64	17,96	0,9
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111															
Свёкла (очищенная)*		32,00	32												
Капуста (очищенная)*		16,00	16												
Картофель (очищенный)*		12,00	12												
Морковь (очищенная)*		8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*		8,00	8												
Томатная паста*		2,40	2,4												
Масло растительное*		2,00	2												
Фасоль консервированная*		13,33	8												
Соль*		0,30	0,3												
Сметана*		5,00	5												
Вода		160,00	160												
Лавровый лист*		0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*		0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*		0,05	0,05												
Мясо тушеное, с овощами				100	12,78	12,44	13,44	216,89	2,11	0,53	12	14,78	139,44	21,22	1,22
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №180															
Говядина*		71,00	71												
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	15,35	8,36	31,93	264,36		0,79	38,71	104,81	202,21	77,66	6,2
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	5,2	24,5	170,96	2,6	0,08	26	240	180	28	0,52
Сборник рецептур 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	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Вафля	13	0,68	2,04	6,94	37,8	0,23	0,1	0,01	1,25	0,36	0,43	0,01		
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Вафли*	13,00	13												
Итого:97 руб.			42,12	31,85	121,48	930,06	19,96	1,64	225,93	413,78	644,55	167,07	10,51	
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			850	31,09	37,44	148,72	1 056,2	54,82	0,4	186,19	222,72	286,4	78,41	4,85
Рассольник ленинградский			200	5,1	3,28	14,39	107,48	13,42	0,09	98,51	19,9	60,32	21,08	0,78
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №132														
Картофель (очищенный)*	60,00	60												
Крупа перловая*	4,00	4												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	4,00	4												
Огурцы консервированные (соленые)*	21,84	12												
Масло растительное*	2,00	2												
Вода	150,00	150												
Соль*	0,30	0,3												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02												
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Картофельная запеканка с рыбой, со сливочным маслом			255	14,33	17,4	47,07	402,2	12	0,09	86,67	159,07	115,33	4,67	0,13
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229														
Минтай филе п/ф*	117,00	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*	25,25	25												
Масло растительное*	3,00	3												
Масло сливочное*	10,00	10												
Чай фруктовый со смородиной			180	0,3	0,02	15,72	64,26	20		1	8,55	11,55	7,5	0,93
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №686														
Чай*	1,00	1												
Смородина чёрная (замороженная)*	10,00	10												
Сахар*	15,00	15												
Вода	170,00	170												
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный	40	2,92	0,52	14,2	73,16		0,06							



Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	40,00	40													
Шаньга "Ароматная" (школа)			135	5,4	15,9	37,9	316,3	9,4	0,12	0,01	14		17,96	0,93	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №340															
Тесто дрожжевое (школа)	100,00	100													
Масло сливочное*	5,00	5													
Картофель (очищенный)*	44,00	44													
Лук репчатый (очищенный)*	6,50	6,5													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	0,50	0,5													
Мука в/с*	2,00	2													
Итого:97 руб.			31,09	37,44	148,72	1 056,2	54,82	0,4	186,19	222,72	286,4	78,41	4,85		
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			915	25,95	26,85	114,65	773,67	14,4	0,37	300,84	292,48	322,31	95,92	7,32	
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			220	5,8	3,2	28,2	164,8	5,4	0,18	125,84	30,2	89,7	29,68	1,59	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139															
Крупа горох*	12,00	12													
Картофель (очищенный)*	36,00	36													
Морковь (очищенная)*	8,00	8													
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	0,30	0,3													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,20	20													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05													
Вода	160,00	160													
Плов с мясом			230	15,18	23	22,03	355,84	3	0,1	150	187,83	82,56	19,14	2,35	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	103,00	103													
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*	1,50	1,5													
Чеснок сушеный*	0,05	0,05													
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
Компот из кураги			200			14,9	39,92				0,2			0,03	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №280															
Курага*	15,00	15													
Сахар*	15,00	15													
Вода	180,00	180													
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,88	45,81		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	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04						
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		25	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
Итого:97 руб.				25,95	26,85	114,65	773,67	14,4	0,37	300,84	292,48	322,31	95,92	7,32

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			765	26,77	28,35	125,66	851,9	41,41	0,5	365,66	342,45	375,15	121,38	7,15
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			205	1,6	4,16	13,48	84,8	15,42	0,04	114,89	49,48	41,72	17,84	0,87

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №110

Свёкла (очищенная)*	32,00	32												
Капуста (очищенная)*	16,00	16												
Картофель (очищенный)*	16,00	16												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Томатная паста*	2,40	2,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	4,00	4												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Вода	160,00	160												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Бифштекс "Богатырь"			100	16,59	20,15	25,5	349,71	2,07	0,21	40,83	226,05	174	47,5	2,8

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223

Говядина*	45,00	45												
Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	45,00	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	23,09	136,2	12,92	0,11	209,94	47,22	86,03	35,89	1,38

Сборник рецептов 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												
Компот из вишни			200			14,97	59,88							

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №991

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Вишня (замороженная)*	10,00	10												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,88	45,81		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												
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,65	1,05	0,6
Пастила фруктовая*	15,00	15												
Итого:97 руб.				26,77	28,35	125,66	851,9	41,41	0,5	365,66	342,45	375,15	121,38	7,15

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	33,92	38,61	134,22	1 009,35	33,37	0,81	214,27	336,85	545,76	124,38	7,05
Суп из овощей, со сметаной			205	2,98	4,9	9,6	94,42	21,25	0,07	100,15	28,06	46,72	19,02	0,68

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №135

Капуста (очищенная)*	25,00	25												
Картофель (очищенный)*	40,00	40												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Горошек зелёный*	9,23	6												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02												
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Вода	160,00	160												
Мясо тушеное в сметанном соусе			100	14,6	17,1	12,2	261,1	4,1	0,52	14	21,23	138,3	20,44	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)*	73,00	73												
Масло растительное*	2,00	2												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
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	10,92	40,08	283,56		0,08	52,93	12,36	51,24	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												
Какао на цельном молоке (70/10/3)			200	4,04	4,85	17,5	129,81	2,02	0,04	22,19	196	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*	70,00	70												



Сахар*	10,00	10												
Вода	145,00	145												
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			40	2,92	0,52	14,2	73,16		0,06		13,2	73,2	21,6	1,68
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		25	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
Итого:97 руб.				33,92	38,61	134,22	1 009,35	33,37	0,81	214,27	336,85	545,76	124,38	7,05

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			781	35,25	23,4	120,76	788,95	21,7	0,69	162,44	153,38	492,94	114,13	5,08
Солянка куриная			205	5,02	4,84	25,77	166,72	9,2	0,09	120,32	13,96	63,12	17,93	0,76

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №158

Набор из мяса ЦБ*	23,08	15												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Картофель (очищенный)*	35,00	35												
Огурцы консервированные (соленые)*	21,82	12												
Оливки*	9,09	5												
Маслины*	7,69	5												
Томатная паста*	8,00	8												
Масло сливочное*	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	180,00	180												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Сметана*	5,00	5												

Рыба запеченая

Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №234														
Горбуша*	181,54	118												
Мука в/с*	5,00	5												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,50	0,5												

Картофельное пюре

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128														
Картофель (очищенный)*	154,00	154												
Молоко цельное*	36,00	36												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	1,00	1												

Напиток фруктовый "Изюминка"

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638														
Изюм*	25,00	25												
Сахар*	7,00	7												

Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04					
-----------------------	--	--	----	------	------	-------	------	--	------	--	--	--	--	--



Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	40,00	40													
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30													
Пряник			26	1,1	3,74	12,11	68,41		0,08						
Пряник(пром.пр-во)*	26,00	26													
Итого:97 руб.				35,25	23,4	120,76	788,95		21,7	0,69	162,44	153,38	492,94	114,13	5,08

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			745	28,83	28,33	116,02	834,36	39,93	0,59	262,34	111,89	435,75	177,31	7,99
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			205	2,5	4,7	16,3	117,5	24,72	0,05	101,73	32,86	39,76	24,88	0,63

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124

Капуста (очищенная)*	40,00	40													
Картофель (очищенный)*	24,00	24													
Морковь (очищенная)*	8,00	8													
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8													
Томатная паста*	2,00	2													
Масло растительное*	2,00	2													
Сметана*	5,00	5													
Соль*	0,30	0,3													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05													
Вода	150,00	150													
Гречетто с мясом			230	20,3	19,7	45,7	441,3	1,61	0,43	112	42,24	291,13	121,22	4,37	

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

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	94,00	94													
Крупа гречневая*	56,60	56,6													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7													
Морковь (очищенная)*	10,00	10													
Томатная паста*	4,00	4													
Соль*	1,00	1													
Вода	155,00	155													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Подгарнировка: Икра свекольная			40	0,95	3,23	5,17	53,55	13,5	0,02	48,56	15,47	24,66	7,6	0,7	

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*	0,50	0,5													
Масло растительное*	3,20	3,2													
Лимонная кислота*	0,30	0,3													
Соль*	0,10	0,1													
Чай с сахаром			205	0,21	0,05	20,53	83,4	0,1		0,05	5,07	8,45	4,51	0,84	

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №685

Сахар*	7,00	7													
--------	------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Чай*	2,00	2												
Вода	205,00	205												
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	8,88	45,81		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:97 руб.			28,83	28,33	116,02	834,36	39,93	0,59	262,34	111,89	435,75	177,31	7,99	

Идентификатор документа 263f2d4d-dd9c-4994-ba8e-d4a3a30056ae



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

Подписи отправителя:	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
	МУП "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" МИШКАРЕВ АЛЕКСАНДР БОРИСОВИЧ, ДИРЕКТОР	Не требуется для подписания	0255AFE00E3B026A94D7F6EE01141AADC с 25.12.2023 17:04 по 25.03.2025 17:04 GMT+03:00	31.01.2024 11:25 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 22" Гончар Эльвира Витальевна, Директор	Не требуется для подписания	6F20754FB241937DFE802848B1F35F9D с 18.07.2023 09:09 по 10.10.2024 09:09 GMT+03:00	01.02.2024 13:59 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа