"СОГЛАСОВАНО":
Директор МБОУ "СОШ № Гимназия N 47"
Бобчик И.А.
(подпись) (расшифровка)

"УТВЕРЖДАЮ":
ВРИО Директора МУП "Комбинат питания"
г. Кургана
Мишкарев А.Б.

Примерное цикличное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

02.09.2022г.													
Наименование блюда	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
Завтрак 81(руб)		730											
Тефтели с соусом		100/30	11,35	11,21	24,53	209,5	14	0,2	56	226,37	139,45	18,08	1,85
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корсова. Пермь,2006г №202													
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	117												
Масло растительное*	2												
Мука в/с*	1,35												
Морковь*	3												
Лук репчатый*	2												
Томатная паста*	3												
Сахар*	0,3												
Соль*	0,5												
Каша гречневая по "Купечески"		150	2,8	5,6	18,8	135,46	1,2	0,07	65	60,31	42,36	8,9	0,5
Лечебное питание детей в стационарах №9,4													
Крупа гречневая*	45												
Масло сливочное*	10												
Морковь*	15												
Лук репчатый*	20												
Масло растительное*	2												
Соль*	0,3												
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												
Хлеб ржано- пшеничный		30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1955г.) №15.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)		220	1,92	0,24	31,24	166,94	20	0,4	120	21,5	13	2,8	1,05

Напиток витаминизированный "Витошка"		200			19	80	20	0,3	120				0,4
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11,8													
Напиток "Витошка"*	20												
Вода	185												
Хлеб витаминизированный		20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб "Витаминный"*	20												
Итого:			**18,72**	**17,55**	**105,77**	**650,66**	**41,2**	**0,73**	**266**	**383,25**	**347,71**	**85,68**	**7,1**

Зам.директора по производству _____ Истомина О.Л.

Главный технолог _____ Голышева А.А.

"СОГЛАСОВАНО":
Директор МБОУ "СОШ № Гимназия №47"
Бобчик И.А.
(подпись) (расшифровка)

"УТВЕРЖДАЮ":
ВРИО Директора МУП "Комбинат питания"
города Кургана
Мишкарев А.Б.
(подпись)

Примерное цикличное десятидневное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (обед) (не менее 30% суточного рациона).

02.09.2022г.													
Наименование блюда	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	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед 81(руб)		915											
Борщ Сибирский, со сметаной		200/5	2,12	3,44	16,2	104,4	15	0,01	68	87	14	16,68	0,35
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111													
Свёкла*	32												
Капуста*	16												
Картофель*	12												
Морковь*	8												
Лук репчатый*	8												
Томатная паста*	2,4												
Масло растительное*	2												
Фасоль консервированная*	8												
Соль*	0,3												
Сметана*	5												
Гуляш		100	9,76	9,52	17,44	164,32	4		70	95	251	18	0,2
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №190													
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*	73,5												
Масло растительное*	3												
Лук репчатый*	20												
Томатная паста*	10												
Мука в/с*	6												
Соль*	0,3												
Пюре из бобовых		150	8,45	5,62	21,45	203,5	36,75	0,29	47,36	82,32	28	7,8	0,2
Сборник для обр.учрежд. 2011г. Могильный №199													
Крупа горох*	73,5												
Масло сливочное*	6												
Соль*	0,5												

Компот из кураги		200	0,75		16,11	67,42	1	0,01	28,6	40,95	23	8,75	0,03
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2006г №280													
Курага*	25												
Сахар*	10												
Хлеб ржано- пшеничный		60	4,99	1	19,96	128,52		0,1		34,14	14,2	10,8	2,1
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,1													
Хлеб-ржано пшеничный*	60												
Витаминизация 35(руб)													
Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11,8													
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**32,07**	**25,98**	**100,56**	**788,16**	**73,75**	**0,71**	**393,96**	**417,41**	**330,2**	**87,03**	**4,38**

Зам.директора по производству _____ Истомина О.Л.

Главный технолог _____ Голышева А.А.

"СОГЛАСОВАНО":
Директор МБОУ "СОШ № Гимназия № 47"
Бобчик И.А.
(подпись) (расшифровка)

"УТВЕРЖДАЮ":
ВРИО Директора МУП "Комбинат питания" города Кургана
Мишкарев А.Б.

Примерное цикличное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

05.09.2022-09.09.2022г.

1 день													
Наименование блюда	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
Завтрак 81(руб)		835											
Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным		50,00	5,2	6,2	8,6	92,2	11	0,05	42	12	10	1	1,01
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №10													
Сыр*	20												
Масло сливочное*	10												
Хлеб пшеничный*	20												
Каша молочная пшенная, с маслом сливочным		150/5	3,15	3,6	9,08	138,72	1,46	0,06	61	155,08	101,25	15,75	0,08
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №311													
Молоко цельное*	112,5												
Крупа пшено*	30,8												
Сахар*	3,8												
Масло сливочное*	5												
Соль*	0,2												
Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/150)		200	1,14	3,3	12,2	122,7	1,4	0,02	12	50	18	8	0,3
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1998г.) №11.32													
Кофейный напиток*	4												
Молоко цельное*	150												
Сахар*	10												
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												
Хлеб ржано- пшеничный		30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1998г.) №15.1													
Хлеб ржано пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5

Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**18,46**	**19,28**	**74,52**	**642,78**	**21,86**	**0,26**	**140**	**332,15**	**282,15**	**85,65**	**6,23**
2 день													
Наименование блюда	**Нетто, г**	**Химический состав**					**Наименование пищевых веществ**						
							Витамины			**Минералы, мг**			
		Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл., г**	**Эц, ккал**	**С, мг**	**В1, мг**	**А, мг рет. экв.**	**Кальций**	**Фосфор**	**Магний**	**Железо**
Завтрак 81(руб)		**615**											
Запеканка из творога "Витаминная", со сметаной		175/10	11,54	12,56	17,86	287	2,16	0,1	50,44	129,53	204,95	19,55	0,92
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223													
Творог*	99,2												
Морковь*	49												
Крупа манная*	19,5												
Яйцо*	14												
Сахар*	22,7												
Масло растительное*	3,1												
Сметана*	5,7												
Соль*	0,6												
Сметана*	10												
Чай с сахаром и шиповником		200			14,97	59,88	105	0,16	58	12	2	5	0,3
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №378													
Сахар*	7												
Чай*	2												
Шиповник*	10												
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)		**200**	**6**	**6,4**	**9,4**	**120**	**17**	**0,3**	**180**	**78**		**23**	**1,5**
Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**19,84**	**19,2**	**68,83**	**597,28**	**124,16**	**0,59**	**288,44**	**225,53**	**226,45**	**51,75**	**3,02**
3 день													
Наименование блюда	**Нетто, г**	**Химический состав**					**Наименование пищевых веществ**						
							Витамины			**Минералы, мг**			
		Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл., г**	**Эц, ккал**	**С, мг**	**В1, мг**	**А, мг рет. экв.**	**Кальций**	**Фосфор**	**Магний**	**Железо**
Завтрак 81(руб)		**845**											
Котлета рыбная "Любительская"		100	8,21	7,9	5,2	143,7	3,1	0,11	23	119,8	139,3	31,79	1,9
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390													
Рыба филе*	68												
Морковь*	20												

Хлеб пшеничный*	8												
Лук репчатый*	6,7												
Молоко цельное*	10												
Яйцо*	10												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	6												
Соль*	0,3												
Масло растительное*	3												
Маринад овощной с томатом		100	0,96	3,18	4,6	34,6	22	0,06	95	12,6	23,4	18	0,6
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124													
Морковь*	60												
Лук репчатый*	15												
Томатная паста*	6												
Масло растительное*	10												
Лимонная кислота*	0,4												
Сахар*	0,8												
Соль*	1												
Рис припущенный		180	4,68	11,88	24,8	223,2		0,07	70,8	73,2	40,8	12	0,6
Сборник для обр учрежд.,2011г. Мопильный №305													
Крупа рис пропаренный*	48												
Масло сливочное*	10												
Соль*	0,3												
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												
Хлеб ржано- пшеничный		45	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)		**220**	**1,92**	**0,24**	**36,24**	**181,94**	**20,1**	**0,4**	**130**	**21,5**	**13**	**2,8**	**0,65**
Кисель витаминизированный "Витошка"		200			24	95	20,1	0,3	130				
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													
Кисель "Витошка"*	25												
Хлеб витаминизированный		20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб "Витаминный"*	20												
Итого:			**18,44**	**23,7**	**102,04**	**722,2**	**51,2**	**0,7**	**343,8**	**302,17**	**369,4**	**120,49**	**7,45**

4 день

Наименование блюда	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых вещества						
							Витамины			Минералы, мг			
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 81(руб)		**690**											
Жаркое с мясом		250	8,21	12	17,81	201,11	22,22	0,05	78,11	47,78	16,67	17,78	0,81

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. №111													
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*	77,8												
Картофель*	133,3												
Лук репчатый*	27,8												
Морковь*	22,2												
Масло растительное*	3,3												
Томатная паста*	4,4												
Масло сливочное*	11,1												
Соль*	0,6												
Кефир с сахаром		200	5,2	5	19,1	172,68	6,4	0,06	65	130	160	14	0,7
Сб.тех.норм."Хлебпрединформ" М.,1996г ч1 №645													
Кефир*	200												
Сахар*	10												
Хлеб пшеничный		20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб пшеничный*	20												
Хлеб ржано- пшеничный		20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	20												
Витаминизация 35(руб)		**200**	**6**	**6,4**	**9,4**	**120**	**17**	**0,3**	**180**	**78**		**23**	**1,5**
Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**22,77**	**23,15**	**77,19**	**657,01**	**30,62**	**0,24**	**143,11**	**228,38**	**246,27**	**52,38**	**3,65**

5 день

Наименование блюда	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
							Витамины			Минералы, мг			
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 81(руб)		**730**											
Тефтели с соусом		100/30	11,35	11,21	24,53	209,5	14	0,2	56	226,37	139,45	18,08	1,85
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2006г №202													
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	117												
Масло растительное*	2												
Мука в/с*	1,35												
Морковь*	3												
Лук репчатый*	2												
Томатная паста*	3												
Сахар*	0,3												
Соль*	0,5												
Каша гречневая по "Купечески"		150	2,8	5,6	18,8	135,46	1,2	0,07	65	60,31	42,36	8,9	0,5
Лечебное питание детей в стационарах №8.4													
Крупа гречневая*	45												

Масло сливочное*	10												
Морковь*	15												
Лук репчатый*	20												
Масло растительное*	2												
Соль*	0,3												
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												
Хлеб ржано- пшеничный		30	2,55	0,6	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)		**220**	**1,92**	**0,24**	**31,24**	**166,94**	**20**	**0,4**	**120**	**21,5**	**13**	**2,8**	**1,05**
Напиток витаминизированный "Витошка"		200			19	80	20	0,3	120				0,4
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													
Напиток "Витошка"*	20												
Вода	185												
Хлеб витаминизированный		20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб "Витаминный"*	20												
Итого:			**18,72**	**17,55**	**105,77**	**650,66**	**41,2**	**0,73**	**266**	**383,25**	**347,71**	**85,68**	**7,1**

Зам.директора по производству _____ Истомина О.Л.

Главный технолог _____ Голышева А.А.

"СОГЛАСОВАНО":
Директор МБОУ "СОШ № Гимназия N 47"
Бобчик И.А.
(подпись) (расшифровка)

"УТВЕРЖДАЮ":
ВРИО Директора МУП "Комбинат питания"
города Кургана
Мишкарев А.Б.
(подпись)

Примерное цикличное десятидневное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (обед) (не менее 30% суточного рациона). 05.09.2022-09.09.2022г.

1 день													
Наименование блюда	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
							Витамины			Минералы, мг			
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед 81(руб)		935											
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками		200/20	4,1	2,4	21	98	10,5		105	85,5	70	21,7	0,5
Сборник тех. Нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь 2008г №45													
Крупа горох*	12												
Картофель*	36												
Морковь*	8												
Лук репчатый*	8												
Масло растительное*	2												
Соль*	0,3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	20												
Котлеты промышленного производства		100	8,46	7,58	11,79	169,22	0,6	0,14	50,3	93,8	10	14,07	0,6
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №2.12													
Котлеты ПФ*	117												
Масло растительное*	2,5												
Каша перловая рассыпчатая с овощами		150	3,2	8,9	26,1	168	1,03	0,08	4	15,3	0,8	10,4	0,03
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №5.42													
Крупа перловая*	42												
Лук репчатый*	20												
Масло растительное*	3												
Морковь*	15												
Соль*	0,5												
Масло сливочное*	10												
Кефир с сахаром		235	5,2	3,4	18,17	172,68	6,4	0,06	65	130	180	14	0,7
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ".М.,1996г ч1 №645													
Кефир*	220												

Сахар*	15												
Хлеб ржано- пшеничный		30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1996г.) №15.1													
Хлеб ржано пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)													
Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**29,83**	**28,46**	**100,5**	**822,56**	**20,53**	**0,41**	**224,3**	**381,67**	**335,4**	**95,07**	**4,77**
2 день													
Наименование блюда	**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**	**Кальций**	**Фосфор**	**Магний**	**Железо**
Обед 81(руб)		**915**											
Борщ Сибирский, со сметаной		200/5	2,12	3,44	16,2	104,4	15	0,01	68	87	14	18,68	0,35
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №111													
Свёкла*	32												
Капуста*	16												
Картофель*	12												
Морковь*	8												
Лук репчатый*	8												
Томатная паста*	2,4												
Масло растительное*	2												
Фасоль консервированная*	8												
Соль*	0,3												
Сметана*	5												
Гуляш		100	9,76	9,52	17,44	164,32	4		70	96	251	16	0,2
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2006г №180													
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*	73,5												
Масло растительное*	3												
Лук репчатый*	20												
Томатная паста*	10												
Мука в/с*	6												
Соль*	0,3												
Пюре из бобовых		150	8,45	5,62	21,45	203,5	36,75	0,29	47,36	92,32	28	7,8	0,2
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №199													
Крупа горох*	73,5												
Масло сливочное*	6												
Соль*	0,5												
Компот из кураги		200	0,75		16,11	67,42	1	0,01	28,6	40,95	23	8,75	0,03
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2006г №280													
Курага*	25												

Сахар*	10												
Хлеб ржано- пшеничный		60	4,99	1	19,96	128,52		0,1		34,14	14,2	10,8	2,1
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	60												
Витаминизация 35(руб)													
Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**32,07**	**25,98**	**100,56**	**788,16**	**73,75**	**0,71**	**393,96**	**417,41**	**330,2**	**87,03**	**4,38**
3 день													
Наименование блюда	**Нетто, г**	**Химический состав**					**Наименование пищевых веществ**						
							Витамины			**Минералы, мг**			
		Выход, г	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Угл., г**	**Эц, ккал**	**С, мг**	**В1, мг**	**А, мг**	**Кальций**	**Фосфор**	**Магний**	**Железо**
Обед 81(руб)		**880**											
Суп-пюре из картофеля, с сухариками		200/20	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 №67													
Картофель *	72												
Морковь *	16												
Лук репчатый*	16												
Мука в/с*	4												
Молоко цельное*	30,4												
Масло сливочное*	12												
Соль*	0,4												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	20												
Омлет с сыром, со сливочным маслом		200/10	16	18,54	21,94	286,64	0,78	0,14	154,41	167,32	182,21	19,6	1,52
Сборник для обр учрежд ,2011г.,Молочный №211													
Яйцо*	153,3												
Молоко цельное*	60												
Масло растительное*	4												
Соль*	1												
Сыр*	15												
Масло сливочное*	10												
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												
Хлеб ржано- пшеничный		30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)													
Кисель витаминизированный "Витошка"		200			24	95	20,1	0,3	130				
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													

Кисель "Витошка"*	25												
Хлеб витаминизированный		20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15-2													
Хлеб "Витаминный"*	20												
Итого:			23,46	23,7	106,33	726,44	42,67	0,71	378,43	333,05	336,19	91,36	6,68

4 день

Наименование блюда	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	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед 81(руб)		895											
Суп из овощей, со сметаной		200/5	2,98	3,9	8,52	68,21	8	0,06	20,4	84	41,23	8,1	0,1
Сборник для обр.у-режд.,2011г.,Могильный №99													
Капуста*	25												
Картофель*	40												
Морковь*	8												
Лук репчатый*	8												
Горошек зелёный*	6												
Масло растительное*	2												
Соль*	0,3												
Сметана*	10												
Бифштекс "Богатырь"		100	16,39	20,15	23,5	333	2,07	0,21	110,83	166,05	174	47,5	2,8
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223													
Мясо*	45												
Грудка куриная*	45												
Лук репчатый*	20												
Соль*	0,5												
Масло растительное*	3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	5												
Капуста тушеная		150	3,2	2,5	14,8	118	12	0,05	103	82	60	7,5	0,39
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №321													
Капуста*	172												
Масло растительное*	3												
Морковь*	3												
Лук репчатый*	6												
Томатная паста*	3												
Мука в/с*	3												
Сахар*	2												
Соль*	0,7												
Сок фруктовый т/п		200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.18													
Сок(т/п)*	200												
Хлеб ржано- пшеничный		20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,1													
Хлеб-ржано пшеничный*	20												
Витаминизация 35(руб)													
Напиток витаминизированный "Витошка"		200			19	80	20	0,3	120				0,4
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													
Напиток "Витошка"*	20												
Хлеб витаминизированный		20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб "Витаминный"*	20												
Итого:			26,1	27,1	108,37	806,45	48,07	0,76	379,23	418,15	403,13	104,7	7,04
5 день													
Наименование блюда	**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**	**Кальций**	**Фосфор**	**Магний**	**Железо**
Обед 81(руб)		**935**											
Рассольник ленинградский, со сметаной		200/5	2,1	2,93	14,39	114,07	5,77	0,09	55,53	24,27	12,02	1,34	1,16
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №42													
Картофель*	60												
Крупа перловая*	4												
Морковь*	8												
Лук репчатый*	4												
Огурцы консервированные (соленые)*	12												
Масло растительное*	2												
Соль*	0,3												
Сметана*	5												
Рыба, запеченная "Солнышко"		120	10,7	9,28	12,55	221,12	2	0,11	21,84	185	214	37,05	1,2
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №170													
Рыба филе*	104												
Мука в/с*	8												
Масло растительное*	4												
Яйцо*	30												
Молоко цельное*	15												
Соль*	0,3												
Картофельное пюре		150	2,67	5,33	17,33	124,11	1,5	0,08	104	55,6	99,6	13,36	0,18
Сборник для обр.учрежд.,2011г, Могильный №128													
Картофель*	128												
Молоко цельное*	24												
Масло сливочное*	8												
Соль*	0,3												
Чай с сахаром и шиповником		200			14,97	59,88	105	0,01	58	12	2	5	0,3
Сборник для обр.учрежд.,2011г, Могильный №378													
Сахар*	10												

Чай*	2												
Шиповник*	10												
Хлеб ржано- пшеничный		30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №16.1													
Хлеб-ржано пшеничный*	30												
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб пшеничный*	30												
Витаминизация 35(руб)													
Молоко обогащенное		200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8													
Молоко обогащенное т/п*	200												
Итого:			**26,64**	**23,96**	**109,28**	**864,24**	**116,27**	**0,45**	**239,37**	**339,94**	**421,72**	**95,85**	**6,08**

Зам.директора по производству _____ Истомина О.Л.

Главный технолог _____ Голышева А.А.