

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ
"Гимназия №47"



Бобчик И.А.

ВРИО директора МУП
"Комбинат питания"

УТВЕРЖДАЮ

Кузнецова Людмила Владимировна

(подпись)

**Примерное десятидневное циклическое меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся
в МБОУ «Гимназия № 47» для возрастной категории от 7 до 11 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 | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний |
| Обед | 705 | 27,45 | 24,19 | 90,99 | 691,47 | 23,4 | 0,41 | 210,15 | 323,14 | 341,3 | 60,94 | 4,79 | |
| Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной | 205 | 2,12 | 3,1 | 17,4 | 105,98 | 20,2 | 0,02 | 102,65 | 163 | 81 | 13,54 | 1,46 | |
| Сборник рецептур 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 | 19,5 | 20,33 | 29,53 | 379,09 | 3,2 | 0,3 | 3,5 | 143,5 | 230,1 | 29,1 | 1,25 | |
| Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №6.42 | | | | | | | | | | | | | |
| Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)* | 90,00 | 90 | | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | | |
| Компот из кураги | 200 | 1,14 | 0,07 | 17 | 73,19 | | | | 104 | 0,14 | | | 0,02 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638 | | | | | | | | | | | | | |
| Курага* | 22,00 | 22 | | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 7,00 | 7 | | | | | | | | | | | |
| Вода | 175,00 | 175 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 30 | 2,4 | 0,45 | 12,3 | 62,85 | | 0,05 | | | | | |

Передан через Диадок 05.11.2024 11:48 GMT +03:00
87e966e5-4d55-4299-8b73-2461fd135609
10,5 Страница 1 из 11



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

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|----|-------|-------|--------|----------|------|------|--------|--------|-------|-------|------|
| Хлеб-ржано пшеничный* | 30,00 | 30 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 2,29 | 0,24 | 14,76 | 70,36 | | 0,04 | | 6 | 30,2 | 4,2 | 0,36 |
| Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный* | 30,00 | 30 | | | | | | | | | | | |
| Витаминизация 2 | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | | | | | | | | | | | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 32,45 | 29,19 | 154,99 | 1 012,47 | 23,4 | 0,41 | 210,15 | 473,14 | 341,3 | 60,94 | 4,79 |

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 | | |
| | | | | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний |
| Обед | | 730 | 31,65 | 28,75 | 84,3 | 722,75 | 102,33 | 0,52 | 345,85 | 470,99 | 434,91 | 143,78 | 5,92 |
| Суп-пюре из картофеля, с сухариками | | 220 | 2,3 | 4,3 | 13 | 99,9 | 17,58 | 0,18 | 144,4 | | 40 | 34,18 | 1,94 |

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №171

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|--------|------|-------|-------|-------|--------|---|------|-------|-----|-------|------|------|
| Картофель (очищенный)* | 72,00 | 72 | | | | | | | | | | | |
| Морковь (очищенная)* | 16,00 | 16 | | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 16,00 | 16 | | | | | | | | | | | |
| Мука в/с* | 4,00 | 4 | | | | | | | | | | | |
| Молоко цельное* | 60,00 | 60 | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное* | 8,00 | 8 | | | | | | | | | | | |
| Вода | 120,00 | 120 | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный (для сухарей)* | 31,25 | 20 | | | | | | | | | | | |
| Лавровый лист* | 0,02 | 0,02 | | | | | | | | | | | |
| 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 | | 150 | 3,6 | 3,23 | 14,36 | 101,11 | 78,15 | 0,06 | 71,2 | 85,29 | 58,51 | 29,5 | 0,25 |
|------------------------|--|-----|-----|------|-------|--------|-------|------|------|-------|-------|------|------|

Сборник для обр. учрежд., 2011г., Могильный №321

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|--------|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Капуста (очищенная)* | 172,00 | 172 | | | | | | | | | | | |
| Масло растительное* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | |
| Морковь (очищенная)* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 6,00 | 6 | | | | | | | | | | | |
| Томатная паста* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | |
| Мука в/с* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|-----|-----|-----|-------|-------|-----|------|----|-------|-----|----|------|
| Чай на молоке с сахаром | | 200 | 5,8 | 5,3 | 13,65 | 125,5 | 2,6 | 0,08 | 44 | 240,2 | 180 | 28 | 0,15 |
|--------------------------------|--|-----|-----|-----|-------|-------|-----|------|----|-------|-----|----|------|

Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-6ги-2020(7-11 лет)

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|--------|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Чай* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | |
| Молоко цельное* | 200,00 | 200 | | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 10,00 | 10 | | | | | | | | | | | |
| Вода | 30,00 | 30 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|--|----|-----|------|------|-------|--|------|--|------|--|------|-----|
| Хлеб ржано- пшеничный | | 30 | 2,4 | 0,45 | 12,3 | 62,85 | | 0,05 | | 10,5 | | 14,1 | 1,7 |
|------------------------------|--|----|-----|------|------|-------|--|------|--|------|--|------|-----|

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

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

Передан через Диадок 05.11.2024 11:48 GMT+03:00

87e966e5-4cb5-4299-8b18-4c11d135609

Страница 2 из 11



| | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|----------|--------|------|--------|--------|--------|--------|------|
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 0,24 | 14,76 | 70,36 | | 0,04 | | 6 | 30,2 | 4,2 | 0,36 |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонаова 1995г.) №15.2 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный* | 30,00 | 30 | | | | | | | | | | |
| Витаминизация 2 | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | | | | | | | | | | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 36,65 | 33,75 | 148,3 | 1 043,75 | 102,33 | 0,52 | 345,85 | 620,99 | 434,91 | 143,78 | 5,92 |

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 | | |
| | | | | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний |
| Обед | | 710 | 27,71 | 23,83 | 87,98 | 677,23 | 38,67 | 0,47 | 326,59 | 337,08 | 337,16 | 110,1 | 5,72 |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 205 | 2,6 | 3,2 | 8,2 | 72 | 16,3 | 0,04 | 114,89 | 49,48 | 41,72 | 17,84 | 0,2 | |

Сборник рецептур 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" | 90 | 16,75 | 17,24 | 13,53 | 276,28 | 1,8 | 0,19 | 36,75 | 209 | 156,6 | 42,75 | 2,58 |

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

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|------|
| Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)* | 35,00 | 35 | | | | | | | | | | |
| Грудка куриная* | 61,60 | 45 | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 18,00 | 18 | | | | | | | | | | |
| Вода | 5,40 | 5,4 | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,50 | 0,5 | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный (для сухарей)* | 14,10 | 9 | | | | | | | | | | |
| Масло растительное* | 2,70 | 2,7 | | | | | | | | | | |
| Рагу овощное | 150 | 2,97 | 2,74 | 19,24 | 113,5 | 10,77 | 0,09 | 174,95 | 39,35 | 71,69 | 29,91 | 1,15 |

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №541

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Картофель (очищенный)* | 71,00 | 71 | | | | | | | | | | |
| Морковь (очищенная)* | 21,00 | 21 | | | | | | | | | | |
| Капуста (очищенная)* | 41,00 | 41 | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 21,00 | 21 | | | | | | | | | | |
| Томатная паста* | 3,50 | 3,5 | | | | | | | | | | |
| Масло растительное* | 2,20 | 2,2 | | | | | | | | | | |
| Мука в/с* | 1,80 | 1,8 | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | |
| Вода | 20,30 | 20,3 | | | | | | | | | | |
| Лавровый лист* | 0,01 | 0,01 | | | | | | | | | | |
| Укроп (сушеный)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | |



| | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|------|--------|--------|--------|-------|
| Петрушка (сушеная)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый разливной | | | 200 | 0,5 | | 10,1 | 42,4 | 9,8 | 0,06 | | 23 | 15,6 | 6,1 |
| Лечебное питание детей в стационарах №11.16 | | | | | | | | | | | | | 0,3 |
| Сок(разливной)* | 200,00 | 200 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 40 | 3,06 | 0,32 | 19,68 | 93,84 | | 0,04 | | 8 | 5,8 | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2 | | | | | | | | | | | | | 0,44 |
| 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 |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1 | | | | | | | | | | | | | 1,05 |
| Хлеб-ржано пшеничный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | |
| Витаминизация 2 | | | 50 | 8 | 17 | 2,8 | 196,2 | | | | | | |
| Крекер витаминный | | | 50 | 8 | 17 | 2,8 | 196,2 | | | | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | | | | | | | | | | | | | |
| Крекер витаминный* | 50,00 | 50 | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | | 35,71 | 40,83 | 90,78 | 873,43 | 38,67 | 0,47 | 326,59 | 337,08 | 337,16 | 110,1 |
| | | | | | | | | | | | | | 5,72 |

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 | | | |
| | | | | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
| Обед | | | 705 | 31,31 | 41,16 | 91,67 | 877,78 | 26,93 | 0,95 | 106,49 | 370,12 | 483,75 | 98,62 | 9,55 |
| Суп из овощей, со сметаной | | | 205 | 2,98 | 5,3 | 12,74 | 110,58 | 21,25 | 0,07 | 100,15 | 28,06 | 46,72 | 2 | 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, с овощами | | | 90 | 9,23 | 11,37 | 8,99 | 190,63 | 3,08 | 0,05 | 2,8 | 17,6 | 107,83 | 20,12 | 1,5 |
| Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №180 | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|------|-----|------|-------|-------|--------|--|------|-----|-------|-----|------|------|
| Говядина* | 44,00 | 44 | | | | | | | | | | | | |
| Масло растительное* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное* | 8,00 | 8 | | | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 20,00 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Морковь (очищенная)* | 20,00 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Томатная паста* | 10,00 | 10 | | | | | | | | | | | | |
| Мука в/с* | 6,00 | 6 | | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | | |
| Вода | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | | |
| Лавровый лист* | 0,01 | 0,01 | | | | | | | | | | | | |
| Укроп (сушеный)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | | |
| Петрушка (сушеная)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | | |
| Пюре из бобовых | | | 150 | 10,2 | 18,62 | 24,65 | 306,98 | | 0,66 | 3,5 | 67,82 | 119 | 30,2 | 5,17 |
| Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №199 | | | | | | | | | | | | | | |

Передан через Диадок 05.11.2024 11:48 GMT+03:00

87e966e5-4cb5-4299-8b18-4c1fd1d135609

Страница 4 из 11



| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|-------|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Масло сливочное* | 10,00 | 10 | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | |

Кофейный напиток на цельном молоке (6/7/200)

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* | 7,00 | 7 | | | | | | | | | | | |
| Вода | 20,00 | 20 | | | | | | | | | | | |

Хлеб ржано- пшеничный

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

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

Хлеб пшеничный

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

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

Витаминизация 2

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|----|---|---|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|-----|
| Батончик-мюсли витаминизированный | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | | | | | 150 |
|-----------------------------------|----|---|---|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|-----|

Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Итого:

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|--------|----------|-------|------|--------|--------|--------|-------|------|--|--|
| | 36,31 | 46,16 | 155,67 | 1 198,78 | 26,93 | 0,95 | 106,49 | 520,12 | 483,75 | 98,62 | 9,55 | | |
|--|-------|-------|--------|----------|-------|------|--------|--------|--------|-------|------|--|--|

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 | | | | | |
| Обед | | | 735 | 32,13 | 22,98 | 94,68 | 714,13 | 47,89 | 0,54 | 109,61 | 385,15 | 592,84 | 141,61 | 3,86 |
| Рассольник ленинградский | | | 200 | 3,24 | 3,28 | 13,68 | 97,2 | 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 (минтай), с маслом сливочным | | | 240 | 20,02 | 12,04 | 28,51 | 302,55 | 32,93 | 0,3 | 11,05 | 57,95 | 317,72 | 88,13 | 2,42 |
| Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229 | | | | | | | | | | | | | | |
| Минтай* | 148,00 | 86 | | | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 15,00 | 15 | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное* | 7,00 | 7 | | | | | | | | | | | | |
| Картофель (очищенный)* | 155,00 | 155 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный (для сухарей)* | 6,20 | 4 | | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,20 | 0,2 | | | | | | | | | | | | |
| Сыр* | 10,10 | 10 | | | | | | | | | | | | |
| Масло растительное* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | | |
| Кефир с сахаром | | | 235 | 4,21 | 7,04 | 24,01 | 176,24 | 1,54 | 0,09 | 0,05 | 264 | 209 | 30,8 | 0,22 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689 | | | | | | | | | | | | | | |
| Кефир* | 227,70 | 220 | | | | | | | | | | | | |

Передан через Diadok 05.11.2024 11:48 GMT+03:00

87e966e5-4cb5-4299-8b18-4c1f1d135609

Страница 3 из 11

| Хлеб пшеничный | Сахар* | 15,00 | 15 | 40 | 3,06 | 0,32 | 19,68 | 93,84 | 0,04 | 8 | 5,8 | | 0,44 | |
|--|------------------------------------|----------|-------------------|----------|---------|---------|----------|------------------------------|--------|-----------------|--------------|--------|--------|--------|
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2 | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный* | Хлеб пшеничный* | 40,00 | 40 | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,8 | 44,3 | 0,02 | 35,3 | | 1,6 | | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1 | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб-ржано- пшеничный* | Хлеб-ржано пшеничный* | 20,00 | 20 | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | 150 | | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный | | | | | | | | | | | | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | 150 | | | | |
| Итого: | | | | 37,13 | 27,98 | 158,68 | 1 035,13 | 47,89 | 0,54 | 109,61 | 535,15 | 592,84 | 141,61 | |
| 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 | | | |
| | | | | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
| Обед | | | 920 | 25,62 | 26,26 | 102,06 | 735 | 24,34 | 0,37 | 197,4 | 535,72 | 414,18 | 95,72 | 4,99 |
| Суп-пюре из разных овощей, с сухариками | | | 220 | 3,2 | 4,1 | 6,1 | 74,1 | 13,71 | 0,13 | 110,3 | 169,8 | 86,36 | 26,2 | 1,47 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168 | | | | | | | | | | | | | | |
| Морковь (очищенная)* | 24,00 | 24 | | | | | | | | | | | | |
| Капуста (очищенная)* | 16,00 | 16 | | | | | | | | | | | | |
| Картофель (очищенный)* | 18,00 | 18 | | | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 8,00 | 8 | | | | | | | | | | | | |
| Мука в/с* | 4,00 | 4 | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное* | 8,00 | 8 | | | | | | | | | | | | |
| Молоко цельное* | 70,00 | 70 | | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | | |
| Вода | 120,00 | 120 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный (для сухарей)* | 31,25 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Лавровый лист* | 0,02 | 0,02 | | | | | | | | | | | | |
| Мясо тушеное в сметанном соусе | | | 90 | 9,26 | 9,24 | 8,16 | 151,48 | 2,03 | 0,01 | 8 | 13,24 | 16,54 | 3,52 | 0,18 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437 | | | | | | | | | | | | | | |
| Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)* | 49,00 | 49 | | | | | | | | | | | | |
| Масло растительное* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | | |
| Лук репчатый (очищенный)* | 20,00 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Сметана* | 8,00 | 8 | | | | | | | | | | | | |
| Мука в/с* | 9,00 | 9 | | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | | |
| Вода | 60,00 | 60 | | | | | | | | | | | | |
| Лавровый лист* | 0,02 | 0,02 | | | | | | | | | | | | |
| Укроп (сушеный)* | 0,10 | 0,1 | | | | | | | | | | | | |
| Макароны отварные | | | 150 | 5,2 | 9,1 | 30,12 | 223,18 | | 0,09 | 44,1 | 11,18 | 47,18 | 8,4 | 0,85 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516 | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия* | 52,50 | 52,5 | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное* | 5,00 | 5 | | | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | | |
| Какао на цельном молоке (200/10/3) | | | 200 | 3,2 | 3,2 | 8 | 73,6 | 2,6 | 0,08 | 240,2 | 180 | 28 | 0,15 | |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693 | | | | | | | | | | | | | | |
| Какао* | 3,00 | 3 | | | | | | | | | | | | |
| Молоко цельное* | 200,00 | 200 | | | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 10,00 | 10 | | | | | | | | | | | | |



| | | | | | | | | | | | | | |
|---|------------------------------------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| Хлеб пшеничный | Вода | 20,00 | 20 | 40 | 3,06 | 0,32 | 19,68 | 93,84 | 0,04 | 8 | 5,8 | | 0,44 |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2 | Хлеб пшеничный* | 40,00 | 40 | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано- пшеничный | | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,8 | 44,3 | | 0,02 | | 35,3 | | 1,6 | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1 | Хлеб-ржано пшеничный* | 20,00 | 20 | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый т/п (н) | | 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 | | | | | | | | | | |
| Витаминизация 2 | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 30,62 | 31,26 | 166,06 | 1 056 | 24,34 | 0,37 | 197,4 | 685,72 | 414,18 | 95,72 | 4,99 |

7 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав | | | | Наименование пищевых веществ | | | | Минералы, мг | | | | |
|---|--------------------------------|----------|-------------------|----------|---------|---------|------------------------------|----------|--------|--------|-----------------|---------|--------|--------|--------|
| | | | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | Эц, ккал | Витамины | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
| Обед | | 705 | 38,46 | 39,53 | 82,09 | 837,99 | 17,12 | 0,32 | 142,19 | 287,88 | 451,24 | 84 | 6,62 | | |
| Суп куриный с вермишелью(ГР-КА) | | 200 | 5,04 | 4,85 | 21,65 | 150,41 | 9,28 | 0,09 | 120 | 10,48 | 63,9 | 35,6 | 0,55 | | |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147 | Грудка куриная* | 20,54 | 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* | 0,50 | 0,5 | | | | | | | | | | | | |
| | Укроп (сушеный)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | | |
| | Петрушка (сушеная)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | | |
| | Вода | 180,00 | 180 | | | | | | | | | | | | |
| Омлет с сыром, со сливочным маслом | | 235 | 27,36 | 33,91 | 5,66 | 437,29 | 1,24 | 0,14 | 3,89 | 198,9 | 376,54 | 31,3 | 3,83 | | |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342 | Меланж* | 150,00 | 150 | | | | | | | | | | | | |
| | Молоко цельное* | 95,00 | 95 | | | | | | | | | | | | |
| | Масло растительное* | 2,00 | 2 | | | | | | | | | | | | |
| | Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | | |
| | Сыр* | 20,20 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное* | 10,00 | 10 | | | | | | | | | | | | |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 | 0,6 | | 22,8 | 93,6 | 6,6 | | | 18,3 | 60 | 5 | 3 | 0,1 | |
| Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-7хн-2020 (7-11лет) | Сухофрукты* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | | |
| | Сахар* | 7,00 | 7 | | | | | | | | | | | | |
| | Вода | 180,00 | 180 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 3,06 | 0,32 | 19,68 | 93,84 | | 0,04 | | 8 | 5,8 | | 0,44 | | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2 | Хлеб пшеничный* | 40,00 | 40 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано- пшеничный | | 30 | 2,4 | 0,45 | 12,3 | 62,85 | | 0,05 | | | | | | | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1 | | | | | | | | | | | | | | | |

Передан через Диадок 05.11.2024 11:48 GMT+03:00

87e960e5-4d15-4299-8b78-4c11d135609

Страница 7 из 11



| Хлеб-ржано пшеничный* | 30,00 | 30 | | | | | | | | | | | |
|--|-----------|----------|---------------|-------------------|---------|----------|----------|------------------------------|-----------------|---------|--------|--------|--------|
| Витаминизация 2 | | 25 | | | | | | | | | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | | | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 43,46 | 44,53 | 146,09 | 1 158,99 | 17,12 | 0,32 | 142,19 | 437,88 | 451,24 | 84 | |
| | | | | | | | | | | | | 6,62 | |
| | | | 8 день | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Выход, г | Химический состав | | | | Наименование пищевых веществ | | | | | |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | Эц, ккал | Витамины | Минералы, мг | | | | |
| Обед | | 915 | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
| Суп картофельный с бобовыми, с гренками | | 220 | 25,92 | 23,92 | 96,62 | 694,74 | 19,4 | 0,29 | 406,2 | 292,42 | 302,11 | 90,32 | 6,06 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общ | 2,5 | | 3,9 | 8,21 | 77,94 | 5,4 | 0,18 | 125,84 | 30,2 | 89,7 | 29,68 | 0,3 | |
| 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 | | | | | | | | | | | |
| Гренки | 20,00 | 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 | 1 | | | | | | | | | | |
| Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265 | | | 7,18 | 19,3 | 18 | 314,42 | 2,4 | 0,02 | 150 | 187,83 | 82,56 | 19,14 | 2,35 |
| 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 | | | | | | | | | | | |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общ | 1,25 | | 0,07 | 12,3 | 54,83 | 5,6 | | 95,36 | 0,14 | | | | 0,02 |
| Курага* | 24,00 | 24 | | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 7,00 | 7 | | | | | | | | | | | |
| Вода | 175,00 | 175 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржано- пшеничный | | 25 | | | | | | | | | | | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1 | | | 1,83 | 0,33 | 17,23 | 79,21 | | 0,05 | | 8,25 | 45,75 | 13,5 | 1,05 |
| Хлеб-ржано пшеничный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | 40 | | | | | | | | | | | |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2 | | | 3,06 | 0,32 | 19,68 | 93,84 | | 0,04 | | 8 | 5,8 | | 0,44 |
| Хлеб пшеничный* | 40,00 | 40 | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый т/п (н) | | 200 | | | | | | | | | | | |
| Лечебное питание детей в стационарах №11.16 | | | 0,1 | | 21,2 | 74,5 | 6 | | 35 | 58 | 78,3 | 28 | 1,9 |
| Сок(т/п)* | 200,00 | 200 | | | | | | | | | | | |
| Витаминизация 2 | | 50 | | | | | | | | | | | |
| | | | 8 | 17 | 2,8 | 196,2 | | | | | | | |

Передан через Диадок 05.11.2024 11:48 GMT+03:00

87e966e5-4fb5-4299-8b18-4c1fd135609

Страница 8 из 11



| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|----|---|----|-----|-------|--|--|--|--|--|--|--|
| Крекер витаминный | 50 | 8 | 17 | 2,8 | 196,2 | | | | | | | |
|-------------------|----|---|----|-----|-------|--|--|--|--|--|--|--|

Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|-------|----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| Крекер витаминный* | 50,00 | 50 | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 33,92 | 40,92 | 99,42 | 890,94 | 19,4 | 0,29 | 406,2 | 292,42 | 302,11 | 90,32 | 6,06 |

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 | | | |
| | | | | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
| Обед | | 705 | 27,37 | 26,18 | 88,76 | 693,35 | 44,2 | 0,51 | 188,12 | 263,44 | 422,3 | 94,66 | 3,28 | |
| Борщ Сибирский, со сметаной | | 205 | 1,54 | 3,09 | 12,3 | 83,17 | 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 (сушёный)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | |
| Петрушка (сушёная)* | 0,05 | 0,05 | | | | | | | | | | | |
| 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 | 150 | 3,9 | 8,77 | 23,21 | 187,36 | 26,52 | 0,17 | 3,51 | 63,4 | 114,4 | 35,5 | 1,21 |
|--------------------------|-----|-----|------|-------|--------|-------|------|------|------|-------|------|------|

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №520

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--------|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Картофель (очищенный)* | 130,00 | 130 | | | | | | | | | | |
| Молоко цельное* | 40,00 | 40 | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное* | 10,00 | 10 | | | | | | | | | | |
| Соль* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-----|------|-----|------|------|-----|--|--|--|--|--|--|
| Напиток фруктовый "Изюминка" | 200 | 0,62 | 0,1 | 22,8 | 87,8 | 1,6 | | | | | | |
|-------------------------------------|-----|------|-----|------|------|-----|--|--|--|--|--|--|

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

| | | | | | | | | | | | | |
|--------|--------|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Изюм* | 20,00 | 20 | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 7,00 | 7 | | | | | | | | | | |
| Вода | 190,00 | 190 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|----|------|------|-------|-------|--|------|--|---|------|-----|------|
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,29 | 0,24 | 14,76 | 70,36 | | 0,04 | | 6 | 30,2 | 4,2 | 0,36 |
|-----------------------|----|------|------|-------|-------|--|------|--|---|------|-----|------|

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

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

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|----|-----|-----|-----|------|--|------|--|------|--|-----|--|
| Хлеб ржано- пшеничный | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,8 | 44,3 | | 0,02 | | 35,3 | | 1,6 | |
|------------------------------|----|-----|-----|-----|------|--|------|--|------|--|-----|--|

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

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

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|----|---|---|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|
| Витаминизация 2 | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | | | | |
|------------------------|----|---|---|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | | | | | | | |
|--|----|---|---|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|
| Батончик-мюсли витаминизированный | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | | | | |
|--|----|---|---|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|

150
Передан через Диадок 05.11.2024 11:48 GMT +03:00
1087e966e5-4cb5-4299-8b18-4c1fd135609
Страница 9 из 11

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------|----|-------|-------|--------|----------|------|------|--------|--------|-------|-------|------|
| Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 32,37 | 31,18 | 152,76 | 1 014,35 | 44,2 | 0,51 | 188,12 | 413,44 | 422,3 | 94,66 | 3,28 |

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 | | | |
| | | | | | | | | C, мг | B1, мг | A, мг рет. экв. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
| Обед | | | 710 | 26,12 | 28,6 | 66,25 | 626,88 | 27,46 | 0,43 | 101,78 | 321,05 | 432,84 | 173,66 | 5,21 |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | | 205 | | 2,5 | 4,7 | 17,2 | 121,1 | 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 | 16,35 | 16,54 | 5,36 | 235,7 | 1,2 | 0,25 | | 16,19 | 178,28 | 117,98 | 3,92 |
| Сборник для обр. учрежд., 2011г., Могильный №265 | | | | | | | | | | | | | | |
| Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)* | 84,00 | 84 | | | | | | | | | | | | |
| 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* | 0,30 | 0,3 | | | | | | | | | | | | |
| Вода | 155,00 | 155 | | | | | | | | | | | | |
| Укроп (сушеный)* | 0,10 | 0,1 | | | | | | | | | | | | |
| Кефир с сахаром | | | 235 | 4,21 | 7,04 | 24,01 | 176,24 | 1,54 | 0,09 | 0,05 | 264 | 209 | 30,8 | 0,22 |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698 | | | | | | | | | | | | | | |
| Кефир* | 227,70 | 220 | | | | | | | | | | | | |
| Сахар* | 15,00 | 15 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | | | 40 | 3,06 | 0,32 | 19,68 | 93,84 | | 0,04 | | 8 | 5,8 | | 0,44 |
| Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2 | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный* | 40,00 | 40 | | | | | | | | | | | | |
| Витаминизация 2 | | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный | | | 25 | 5 | 5 | 64 | 321 | | | | 150 | | | |
| Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811 | | | | | | | | | | | | | | |
| Батончик-мюсли витаминизированный* | 25,00 | 25 | | | | | | | | | | | | |
| Итого: | | | 31,12 | 33,6 | 130,25 | 947,88 | 27,46 | 0,43 | 101,78 | 471,05 | 432,84 | 173,66 | 5,21 | |

