

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*	20,00	20												
Итого:			14,3	14,1	77,81	577	9,1	0,27	218,33	218,27	311,82	63,24	3,85	
4 день 20.04.2023														
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	
Завтрак 71(руб)			480											
Филе куриное "Нежность"			100	9,58	12,07	9,45	123,7	8,9	0,1	51	109,88	23,02	30	1
Сборная рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №193														
Гуляш куриный (грам. Производство)	68,00	68,0												
Мука в/с*	2,00	2												
Лук репчатый*	20,00	20												
Морковь*	20,00	20												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Томатная паста*	5,00	5												
Сметана*	7,00	7												
Соль*	0,30	0,3												
Макаронны отварные			150	3,7	4,48	27,5	208,8		0,04	32	47,12	69,21	22,53	0,2
Лечебное питание детей в стационарах №8.1														
Макаронные изделия*	52,50	52,5												
Масло сливочное*	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												
Кефир с сахаром			210	5,2	5	23,1	162,66	2,4	0,08	85	130	180	14	0,7
Сб тех.ном "Хлебобулочные" М. 1998г. №1843														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	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*	20,00	20												
Итого:				20,01	22,91	77,68	572,2	9,3	0,22	148	291,6	306,23	69,33	2,1
5 день 21.04.2023														
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	
Завтрак 74(руб)			545											
Бутерброд с сыром			50	5,2	7,5	7,3	122	1	0,2	115,4	25,4	2,54	2,89	0,01
Сборная рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №1														
Сыр*	20,20	20												
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Каша "Дружба", со сливочным маслом			280	6,08	5,91	29,15	194,15	2,34	0,08	0,04	217,4	184,8	22,7	0,29
Сборная рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311														
Крупа рисовая*	19,00	19												
Молоко цельное*	225,00	225												
Крупа пшенич*	15,00	9												
Соль*	0,50	0,6												
Сахар*	12,00	12												
Масло сливочное*	13,50	10												
Чай с сахаром и молоком №3			200	3,5	4	15,86	113,42	7,83	0,05	0,03	190,2	12,5	17,5	0,11

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. № 66Б

Чаша*	1,00	1												
Молоко цельное*	130,00	130												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб ржаной-пшеничный			35	2,64	54	24,44	86,15		0,07		11,55	64,55	18,9	1,4
Лечебное питание (по рец. М.А.Савицкой 1995г.) №15-1														
Хлеб ржаной пшеничный*	35,00	35												
Итого:				17,43	18,95	76,78	816,72	4,97	0,4	115,47	404,55	363,58	51,99	1,81

Зам. директора по производству

Исторкина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Г

Гольцеева А.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор

М.А. Мишкарёв

УТВЕРЖДАЮ МУП - Кургана "Комбинат питания"

Директор



Мишкарёв А.Б.

Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте с 12 до 18 лет (обед) (не менее 30% суточного рациона).

1 день 17.04.2023

Химический состав

Наименование пищевых веществ

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эт, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рети. экв.	Кальций	Фосфор	Железо		
Обед 11 (руб)			690												
Суп картофельный с макаронными изделиями			200	1,94	2,59	7,6	94,8	6,2	0,04	72	10,8	6	15,7	1,5	
Сборник тех. картотека. Пек ред. П.С.Корова. Пермь, 2005. №17															
	Макаронные изделия	6,40	6,4												
	Картофель*	40,00	40												
	Морковь*	8,00	8												
	Лук репчатый*	8,00	8												
	Масло растительное*	2,45	2,4												
	Соль*	0,30	0,3												
	Льняное масло*	0,10	0,1												
Биточек "Куриный"			100	11,31	12,97	14,34	207,38	8	0,13	61	167	119	33	0,4	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания для общеобразовательных школ. 2004 г. №180															
	Биточки "Куриные" (французского вида)*	117,00	117												
	Масло растительное*	2,50	2,5												
Каша гречневая по "Кушески"			100	2,8	5,6	34,8	195,46	1,2	0,07	6,5	60,31	42,36	6,8	0,5	
Лечебное питание детей в стационарах №84															
	Крупа гречневая*	45,00	45												
	Масло сливочное*	10,00	10												
	Морковь*	15,00	15												
	Лук репчатый*	20,00	20												
	Масло растительное*	2,00	2												
	Соль*	0,30	0,3												
Чай с сахаром			200	0,1		16,2	92,3	2,4	0,06	65	130	180	14	0,7	
СБ тех.карт. "Хлебобулочное" М. 1956 г. №149															
	Чай*	1,00	1												
	Сахар*	16,00	16												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,31	0,31	9,11	45,6		0,04		6,5	36,8	10,8	0,1	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995 г.) №14															
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20												
Хлеб пшеничный			20	1,58	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995 г.) №12															
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Итого:				19,15	21,63	88,75	692,76	16,8	0,36	210,5	368,71	396,96	65,2	4,1	

2 день 18.04.2023

Химический состав

Наименование пищевых веществ

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эт, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рети. экв.	Кальций	Фосфор	Железо	

Чай с сахаром и шлоажником (1/5/15)			200	0,1	0,15	14,97	59,85	135,8	0,02	76,5	0,3	0,01	10	0,05	
Сборник для обучающихся 2011г. Местный №188															
	Шлоажник*	5,00	5												
	Чай*	1,00	1												
	Сахар*	15,00	15												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,5	0,2	
Лечебно-питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		5,5	35,5	10,5	0,8	
Лечебно-питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20												
Итого:				27,84	24,53	108,75	763,89	144,67	0,33	285,87	321,17	369,53	70,99	3,81	
5 день 21.06.2023															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Витамин С, мг	Витамин В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	Минералы, мг					
										Витамин С, мг	Витамин В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний
Обед 71(руб)			548												
Борщ Сабирский, со сметаной			205	3,9	5,3	1,7	129	21	0,22	88,5	14	12	25	2	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2006 г. №111															
	Свекла*	30,00	32												
	Капуста*	16,00	16												
	Картофель*	12,00	12												
	Морковь*	8,00	8												
	Лук репчатый*	6,00	6												
	Томатная паста*	2,40	2												
	Масло растительное*	2,00	2												
	Фасоль «краснокопая»*	13,33	8												
	Соль*	0,30	0												
	Сметана*	5,00	5												
	Лавровый лист*	0,10	0,1												
Харкое с мясом			200	11,21	15	32,1	273,11	2,22	0,55	118,11	147,78	118,67	17,78	0,81	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. №111															
	Гуляш (с томатной пастой)*	65,00	65												
	Картофель*	112,00	112												
	Лук репчатый*	23,00	20												
	Уксус*	15,00	15												
	Масло растительное*	2,00	2												
	Томатная паста*	3,00	3												
	Масло сливочное*	4,00	4												
	Соль*	0,90	0,6												
	Лавровый лист*	0,10	0,1												
Сок томатный разливной 0,2 л.			200	0,16	0,1	23,03	69,65	9,5	0,06	79	23	15,8	5,1	0,3	
Лечебно-питание детей в стационарах №1.16															
	Сок (разливной)*	200,00	200												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,5	0,2	
Лечебно-питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		5,5	35,5	10,5	0,8	
Лечебно-питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20												
Итого:				18,31	20,87	99,57	693,89	33,02	0,39	284,61	195,38	193,87	62,48	4,11	

Зам. директора по производству

Истомина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Гольщева

Гольщева А.А.