

Сотласованное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г. Кургана в возрасте с 12 до 18 лет (ОВЗ) (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

Директор: МБОУ "Лицей № 47" г. Курган
 (подпись) И.А. Бабчик
 (подпись) И.А. Бабчик
 (подпись) И.А. Бабчик

"УТВЕРЖДАЮ":
 Директор МУП "Комбинат питания" Мишкарев А.Б.
 (подпись)

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													76 (руб)		
Тфтели в соусе			120	10,1	12	6,5	174,2			0,22	116,6	22,19	121,55	26,26	1,4
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №462															
Тфтели (пром-ного пр-ва)*	108,00	108													
Масло растительное*	2,00	2													
Мука в/с*	1,35	1,35													
Морковь*	3,00	3													
Лук репчатый*	2,00	2													
Томатная паста*	3,00	3													
Сахар*	0,30	0,3													
Соль*	0,50	0,5													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02													
Каша гречневая			150	3,02	2	33,3	163,28			0,16	19,6	10,08	131,85	91,35	3,02
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №508															
Крупа гречневая*	50,00	50													
Масло сливочное*	3,00	3													
Соль*	0,30	0,3													
Кефир с сахаром			210	5,6	6,4	18,19	152,76	1,4		0,06	0,04	240	190	28	0,2
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698															
Кефир*	207,00	200													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44			0,02		4	13	2,8	0,22
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15 2															
Хлеб пшеничный*	20,00	20													
Итого:													76 (руб)		
2 день													76 (руб)		

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													76 (руб)		
Омлет натуральный, со сливочным маслом			235	15,63	16,09	14,16	263,97	0,45	0,11	236,15	90,48	368,78	27,9	4,05	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №340															
Яйцо*	180,00	180													
Молоко цельное*	68,00	68													
Масло сливочное*	10,00	10													
Масло растительное*	5,00	5													
Соль*	0,30	0,3													
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11		0,05		3,15	1,65	1,05	0,6
Сборник рецептур обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54 (вкл. 2020/7 11 лет)															
Пастила фруктовая*	15,00	15													
Чай*	2,00	2													
Молоко цельное*	75,00	75													
Сахар*	7,00	7													
Хлеб пшеничный			25	1,9	0,2	12,15	58			0,03		5	16,25	3,5	0,27
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15 2															
Хлеб пшеничный*	25,00	25													
Хлеб ржано-пшеничный			25	1,83	0,33	8,88	45,81			0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15 1															
Хлеб ржано-пшеничный*	25,00	25													
Итого:													76 (руб)		

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													76 (руб)		
отлета "Детская"			510	14,4	12,5	18,8	245,3	0,35	0,05	5,5	156	137,2	18	2	
Печеное питание детей в стационарах №2.6															
Говядина*	68,00	68													
Лук репчатый*	9,00	9													
Хлеб пшеничный*	17,00	17													
Яйцо*	3,00	3													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,50	8													
Соль*	0,50	0,5													
Масло растительное*	1,00	1													
Картофель*	80,00	80													
Морковь*	24,00	24													
Капуста*	46,00	46													
Лук репчатый*	24,00	24													
Томатная паста*	4,00	4													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Мука в/с*	2,00	2													
Соль*	0,30	0,3													
Лавровый лист*	0,01	0,01													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1													
Смесь ягод (яблочная, смородина черная, клубника)*	15,00	15													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44			0,02		4	13	2,8	0,22
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15 2															
Хлеб пшеничный*	20,00	20													
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58			0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15 1															
Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20													
Итого:													76 (руб)		

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													76 (руб)	
исболы в сметанном соусе			140	8,4	11,4	9,3	173,4	1,9	0,1	66,5	124,1	240,2	49,1	1,5

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Минтай*	120,69	70															
Крупа рис круглозерный*	3,00	3															
Хлеб пшеничный*	10,00	10															
Молоко цельное*	20,00	20															
Лук репчатый*	14,00	14															
Яйцо*	9,00	9															
Мука в/с*	9,00	9															
Соль*	0,30	0,3															
Масло растительное*	2,00	2															
Сметана*	20,00	20															
Масло сливочное*	2,00	2															
Мука в/с*	3,00	3															
Соль*	0,30	0,3															
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1															

Картофельное пюре
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №128

Картофель*	154,00	154															
Молоко цельное*	36,00	36															
Масло сливочное*	8,00	8															
Соль*	1,00	1															

Напиток из плодов шиповника
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705

Шиповник*	25,00	25															
Сахар*	7,00	7															

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

Хлеб пшеничный*	20,00	20															
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Хлеб ржано-пшеничный
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1

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

Итого:

5 день 76 (руб)

Наименование блюда

Брутто, г

Химический состав

Выход, г

Белки, г

Жиры, г

Угл., г

Эц, ккал

С, мг

В1, мг

А, мг рет. экв.

Кальций

Фосфор

Магний

Железо

Завтрак

Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10

Сыр*

Масло сливочное*

Хлеб пшеничный*

Каша молочная пшеничная с курагой, со сливочным маслом

Сборник рецептур обучающихся 1-4 классов Новосибирск 2020 №54-к-2020(7-11 лет)

Крупа пшено*

Молоко цельное*

Курага*

Сахар*

Соль*

Масло сливочное*

Какао на цельном молоке (140/7/2)

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693

Какао*

Молоко цельное*

Сахар*

Сок фруктовый т/л

Сок(т/л)*

Хлеб ржано-пшеничный

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

Хлеб-ржано-пшеничный*

Итого:

6 день 76 (руб)

Наименование блюда

Брутто, г

Химический состав

Выход, г

Белки, г

Жиры, г

Угл., г

Эц, ккал

С, мг

В1, мг

А, мг рет. экв.

Кальций

Фосфор

Магний

Железо

Завтрак

Котлета куриная

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499

Котлета куриная(пром. пр-ва)*

Масло растительное*

Макаронные отварные

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516

Макаронные изделия*

Масло сливочное*

Соль*

Кефир с сахаром

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698

Кефир*

Сахар*

Хлеб пшеничный

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

Хлеб пшеничный*

Хлеб ржано-пшеничный

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

Хлеб-ржано-пшеничный*

Итого:

7 день 76 (руб)

Наименование блюда

Брутто, г

Химический состав

Выход, г

Белки, г

Жиры, г

Угл., г

Эц, ккал

С, мг

В1, мг

А, мг рет. экв.

Кальций

Фосфор

Магний

Железо

Завтрак

Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10

Сыр*

Масло сливочное*

Хлеб пшеничный*

Каша молочная рисовая, с маслом сливочным

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311

Крупа рис круглозерный*

Сахар*

Масло сливочное*

Соль*

Молоко цельное*

Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/160)

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №659

Кофейный напиток*

Молоко цельное*

Сахар*

Сок фруктовый т/л

Хлеб ржано-пшеничный		20	1,46	0,26	7,1	36,58	0,04	6,6	36,6	10,8	0,8			
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1		20,00	20											
Итого			19,39	26,56	95,4	698,2	16,85	0,28	180,74	351,1	475,3	92,45	5,14	
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
Завтрак			500											
Залежанка картофельная с мясом, со сливочным маслом (ШК)														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78														
Гуляш из свинины (пром.ного пр-ва)*														
Лук репчатый*														
Масло сливочное*														
Картофель*														
Хлеб пшеничный (для сухарей)*														
Масло растительное*														
Соль*														
Подгарнировка: Маринад овощной с томатом														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78														
Морковь*														
Лук репчатый*														
Томатная паста*														
Масло растительное*														
Лимонная кислота*														
Сахар*														
Соль*														
Компот "Ягодный коктейль"														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №831														
Смесь ягод (клубника, брусника, смородина черная)*														
Сахар*														
Хлеб пшеничный														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*														
Хлеб ржано-пшеничный														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*														
Итого:														
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
Завтрак			555											
Шницель натуральный														
Сборник дляabr.учрежд. 2011г. Могилынский №265														
Гуляш из свинины (пром.ного пр-ва)*														
Соль*														
Хлеб пшеничный (для сухарей)*														
Яйцо*														
Масло растительное*														
Капуста тушеная														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534														
Капуста*														
Масло растительное*														
Морковь*														
Лук репчатый*														
Томатная паста*														
Мухомор*														
Сахар*														
Соль*														
Петрушка (сушеная)*														
Компот "Фруктово-ягодный"														
Сборник рецептов обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4кн-2020 (7-11 лет)														
Смесь ягод (смородина, вишня, яблоко)*														
Сахар*														
Хлеб пшеничный														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*														
Хлеб ржано-пшеничный														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*														
Итого:														
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
Завтрак			525											
Рыба, тушеная в томате с овощами														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374														
Минтай*														
Морковь*														
Лук репчатый*														
Томатная паста*														
Масло растительное*														
Соль*														
Сахар*														
Лимонная кислота*														
Лавровый лист*														
Рис припущенный														
Лечебное питание (Преображенская Э.Н. 2002г. №909														
Крупа рис пропаренный*														
Масло сливочное*														
Соль*														
Пастилек из плодов шиповника														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705														
Шиповник*														
Сахар*														
Хлеб пшеничный														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*														
Хлеб ржано-пшеничный														
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*														
Пастила фруктовая														
Пастила фруктовая*														
Итого:														

Главный технолог

Гольшова А.А.

"СОГЛАСОВАНО":

Директор МБОУ "Школа № 47" У.А. Бобров

"УТВЕРЖАЮ": Директор МУП г. Кургана "Комбинат питания" Мишкарев А.Б.

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



Table 1: Menu for Day 1. Columns: Dish name, Gross weight, Net weight, Chemical composition (Protein, Fat, Carbohydrate, Energy), Vitamins (C, B1, A), Minerals (Calcium, Phosphorus, Magnesium, Iron).

Table 2: Menu for Day 2. Columns: Dish name, Gross weight, Net weight, Chemical composition (Protein, Fat, Carbohydrate, Energy), Vitamins (C, B1, A), Minerals (Calcium, Phosphorus, Magnesium, Iron).

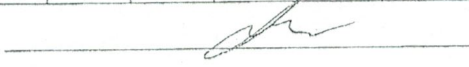
Table 3: Menu for Day 3. Columns: Dish name, Gross weight, Net weight, Chemical composition (Protein, Fat, Carbohydrate, Energy), Vitamins (C, B1, A), Minerals (Calcium, Phosphorus, Magnesium, Iron).

Table with multiple columns: Наименование блюда, Брутто, г, Нетто, г, Химический состав (Выход, г, Белки, г, Жиры, г, Угл., г, Эц, ккал), Витамины (C, мг, B1, мг, A, мг рет. экв.), Минералы, мг (Кальций, Фосфор, Магний, Железо). Rows include items like Лавровый лист, Укроп, Петрушка, Жаркое с мясом, Суп из свинины, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Томатная паста, Масло сливочное, Соль, Компот из кураги, Хлеб пшеничный, Хлеб ржано-пшеничный, and various soups.

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			910													
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	29,05	1,59		
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139																
	Крупа горох*	12,00	12													
	Картофель*	36,00	36													
	Морковь*	8,00	8													
	Лук репчатый*	8,00	8													
	Масло растительное*	2,00	2													
	Соль*	0,30	0,3													
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													
	Лавровый лист*	0,02	0,02													
	Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
	Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05													
			100	16,8	13,6	4,6	208	6,7	0,09	53	132,17	237,6	45,03	0,43		
Рис, запеченная "Солнышко"																
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №182																
	Минтай*	141,38	82													
	Мука в/с*	6,00	6													
	Масло растительное*	2,00	2													
	Яйцо*	30,00	30													
	Молоко цельное*	15,00	15													
	Соль*	0,30	0,3													
			150	3,13	6,5	20,15	151,62	10,36	0,12	6,48	84,2	88,4	29,56	1,06		
Картофельное пюре																
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №520																
	Картофель*	128,00	128													
	Молоко цельное*	24,00	24													
	Масло сливочное*	8,00	8													
	Соль*	0,30	0,3													
			200	0,36		20,2	82,24		0,03		16	25,8	8,4	0,6		
Напиток фруктовый "Изюминка"																
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638																
	Изюм*	15,00	15													
	Сахар*	10,00	10													
			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	12	2,2	0,22		
Хлеб пшеничный																
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15,2																
	Хлеб пшеничный*	20,00	20													
			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8		
Хлеб ржано-пшеничный																
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15,1																
	Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
Сок фруктовый т/п																
	Сок(т/п)*	200,00	200													
			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9		
Итого:																
				29,18	23,72	111,17	764,18	28,46	0,48	210,32	331,17	569,4	154,27	6,6		

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			700													
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			220	4,75	6,95	25,62	184,03	13,19	0,1	273,94	169,8	86,36	26,2	0,92		
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168																
	Морковь*	24,00	24													
	Капуста*	16,00	16													
	Картофель*	18,00	18													
	Лук репчатый*	8,00	8													
	Мука в/с*	4,00	4													
	Масло сливочное*	8,00	8													
	Молоко цельное*	30,00	30													
	Соль*	0,30	0,3													
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													
	Лавровый лист*	0,02	0,02													
			100	16,5	16,5	20,3	295,7	4	0,11	120	129	70,2	33,8	1,52		
Наггетсы "Детские"																
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499																
	Наггетсы "Детский" (пром-ного пр-ва)*	110,00	110													
	Масло растительное*	2,50	2,5													
			150	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,11	10,3	42,7	7,6	0,77		
Макаронные отварные																
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516																
	Макаронные изделия*	52,50	52,5													
	Масло сливочное*	12,00	12													
	Соль*	0,50	0,5													
			200	4,04	4,85	17,5	129,81	2,02	0,04	22,19	106	132	20,6	0,19		
Какао на цельном молоке (Б5/10/3)																
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693																
	Какао*	3,00	3													
	Молоко цельное*	65,00	65													
	Сахар*	10,00	10													
			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22		
Хлеб пшеничный																
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15,2																
	Хлеб пшеничный*	20,00	20													
			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8		
Хлеб ржано-пшеничный																
Печеное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15,1																
	Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9		
Итого:																
				33,48	37,82	113,64	928,86	19,21	0,38	469,24	425,7	380,86	101,8	4,42		

Главный технолог



Гольшева А.А.