

Хлеб ржано-пшеничный	50	2,55	0,5	10	84,26	0,08	17,07	74,6	27,9	1,8
Витаминизация 35(руб) Лепешки лаваше (под ред. М.А.Сажколова, 1995), №15.1 Хлеб ржано-пшеничный* 50,00										
Напиток витаминизированный "Виташоки" Сладкое вино. Трапезное учреждение (2014), №1:1 200 96 20,1 0,3 130										
Хлеб витаминизированный Напиток "Виташоки" 20 86,94 0,1 21,5 1,3 2,5 0,95										
Лепешки лаваше (под ред. М.А.Сажколова, 1995), №15.2 Хлеб "Витаминизир" 20,00										
Итого: 18,44 23,7 102,04 722,2 51,2 0,7 343,8 302,17 369,4 120,43 7,45										
Наименование блюда Запеканка 81(руб) Брутто, г Netto, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Эд. ед. Витамины С, мг В1, мг К, мг рети. экв. Минералы, мг Кальций фосфор Магний Железо										
Химический состав 4 день 17.11.2022г										
Жаркое с мясом 550 250 9,21 12 17,81 201,11 22,72 0,05 78,11 47,78 16,67 17,78 0,81										
Сухари, заливка (под ред. М.А.Сажколова, 1995), №15.1 Суп из мяса (пром. потр. пр. пр.) 77,81										
Картофель 133,30										
Лук репчатый* 27,80 27,8										
Морковь 22,80 22,8										
Масло растительное* 3,30 3,3										
Томатная паста 4,40 4,4										
Масло сливочное* 11,10 11,1										
Соль* 0,80 0,8										
Каша с сахаром 210 5,2 5 19,1 172,88 1,4 0,26 56 130 180 54 0,7										
Суп-пюре "Хлеб-соединитель", №1, 1995, 14, №815 Каша* 307,00 200										
Сахар* 10,00 10										
Хлеб пшеничный 20 1,53 0,16 17,73 87,02 0,02 4 13 2,8 0,2										
Лепешки лаваше (под ред. М.А.Сажколова, 1995), №15.1 Хлеб пшеничный* 20,00 20										
Хлеб ржано-пшеничный Лепешки лаваше (под ред. М.А.Сажколова, 1995), №15.1 Хлеб ржано-пшеничный* 20,00 20										
Витаминизация 35(руб) Лепешки лаваше (под ред. М.А.Сажколова, 1995), №15.1 Хлеб ржано-пшеничный* 20,00										
Батончик витаминизированный Батончик витаминизированный* 50,00 20										
Итого: 25,39 24,78 81,44 713,07 28,12 0,28 143,11 248,89 284,27 71,23 4,34										
Наименование блюда Запеканка 81(руб) Брутто, г Netto, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Эд. ед. Витамины С, мг В1, мг К, мг рети. экв. Минералы, мг Кальций фосфор Магний Железо										
Химический состав 5 день 18.11.2022г										
Тфтели с соусом 730 130 11,38 11,21 26,53 205,5 14 0,2 56 226,37 199,45 18,63 1,65										
Супчик так. салат-овощ. Тфтели, Г.С.Коробин. Тфтели, 2 день, 1992г Тфтели (пром. потр. графа) 17,00 117										
Масло растительное* 2,50 2										
Масло сливочное* 1,35 1,35										

Мороженое*	3,00	3											
Тех. растительное*	2,00	2											
Промышлен. паста*	3,00	3											
Сахар*	0,20	0,3											
Соль*	0,50	0,5											
Итого ингредиентов "Куличи"		150	2,8	5,0	16,3	135,40	1,2	4,07	35	50,3	42,30	8,9	0,5
Песочное пирожное растительное маринованное №8.4													
Сухое молоко*	45,00	45											
Масло сливочное*	12,00	12											
Желток*	15,00	15											
Пух ванильный*	21,00	21											
Масло растительное*	2,00	2											
Соль*	0,30	0,3											
Сух. фруктовый п/п		200	0,1	21,2	74,9	0			25	36	78,3	28	1,9
Сладкое пирожное растительное в масле №1.19													
Сметана*	200,00	200											
Хлеб ржаной, ошпаренный													
Песочное пирожное (сод. жира М.А. Сахарозаменитель №18.1		30	2,55	0,5	10	64,25		0,05		17,07	74,5	27,9	1,8
Хлеб-булочка пшеничная*													
Витаминизация 35(руб)	30,00	30											
Пирожок витаминизированный "Виташка"													
Сметана (жир. слив. 20%), (сод. жира М.А. Сахарозаменитель №18.1) 20,00		20	1,82	0,24	42,24	45,94		0,1		21,5	13	2,8	0,88
Хлеб витаминизированный													
Хлеб (Витаминизация)*	20,00	20											
Итого:			16,72	17,69	105,77	230,16	41,2	4,79	406	553,65	347,71	56,68	7,1

Зам. директора по производству

Главный технолог

Истомин

Голышева

Истомин С.Л.

Голышева А.А.

"УТВЕРЖДАЮ" М.П. Кургана "Комбинат питания"

Директор *Мишкарев А.Б.*

"СОГЛАСОВАНО" М.П. *Директор "Абур", Таммадзе Л.Н.*

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СВЯЗ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ТЕЛЕФОННЫМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ Г. КУРГАНА В ВОЗРАСТЕ ДО 11 ЛЕТ (ОБЕД) (НЕ МЕНЕЕ 30% СУТОЧНОГО РАЦИОНА)



Наименование блюда	Химический состав					Наименование пищевых веществ									
	Брутто, г	Нetto, г	Выход, г	Белок, г	Жир, г	Угл., г	Эн, ккал	С, мг	Витамин В1, мг	А, мг рат. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед 81(руб)			785												
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			220	4,1	2,4	21	98	10,5		105	85,5	70	21,7	0,5	
Сдобный пирог изюмный. Под. ред. В.С.Курган. Пермь-2009 №15															
Хлеб пшеничный			100	18,31	12,87	24,34	237,36	4	0,14	67	157	119	33	1,4	
Батончик Мурунине															
Сладкое печенье. Под. ред. В.С.Курган. Екатеринбург 2014-1 №2, 12															
Батончик Мурунине Под			117,00												
Масло растительное*			2,50												
Мака перловая расщипанная с овсянкой			150	3,2	8,9	26,1	168	1,03	0,08	4	15,3	0,8	10,4	0,03	
Лепешки печенье (под ред. М.А.Савоскина 1995г.) №6-42															
Хлеб пшеничный*			43,00												
Хлеб ржаной*			20,00												
Масло растительное*			3,00												
Макароны*			15,00												
Соль*			0,60												
Масло сливочное*			10,00												
Кофе с сахаром			235	5,2	3,4	23,17	172,88	1,57	0,03	85	130	180	14	0,7	
Сб. печенье. Хлебобулочный №. 1988 г. №6-5															
Кофе*			227,70												
Сахар*			15,00												
Хлеб ржаной-пшеничный			30	2,85	0,5	10	64,28		0,05		17,07	74,6	27,8	1,8	
Печенье печенье (под ред. М.А.Савоскина 1995г.) №1-15.1															
Хлеб пшеничный*			30,00												
Батончик витаминизированный			50	7,9	7,1	18,8	168	2,5	0,08		30		8,75	1,43	
Батончик витаминизированный*			50,00												
Итого:				19,26	35,27	124,41	928,32	19,5	0,43	241	454,87	444,6	115,75	5,05	
				Химический состав								Наименование пищевых веществ			
Наименование блюда			Брутто, г	Нetto, г						Витамины	Минералы, мг				

1 день 14.11.2022г

2 день 15.11.2022г

Наименование Вещи	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Зщ, кал	С, мг	В1, мг	А, мг деп. зев.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед 81 (руб)												
Борщ Субарема, со сметаной	915											
Итого:	208	2,12	3,44	16,2	104,4	15	0,01	98	87	14	18,68	0,36
Итого: выход 915 г, белки 2,12 г, жиры 3,44 г, углеводы 16,2 г, энергия 104,4 ккал, витамин С 15 мг, витамин А 98 мкг, кальций 87 мг, фосфор 14 мг, магний 18,68 мг, железо 0,36 мг												
Сейфа	32											
Картофель	16,00											
Картофель	12,00											
Морковь	8,00											
Лук репчатый	8,00											
Томатная паста	2,40											
Масло растительное	2,00											
Соль	13,33											
Сметана	0,30											
Итого:	100	8,76	9,62	17,44	164,32	4		70	95	281	18	0,2
Итого: выход 100 г, белки 8,76 г, жиры 9,62 г, углеводы 17,44 г, энергия 164,32 ккал, витамин С 4 мг, витамин А 70 мкг, кальций 95 мг, фосфор 281 мг, магний 18 мг, железо 0,2 мг												
Обед 82 (руб)												
Суп из трих. картофеля, Под ред. Д.С. Карлова. Паров. 2008г. №186	73,50											
Итого:	3,00											
Масло растительное	20,00											
Лук репчатый	10,00											
Лаваш	6,00											
Мука пш.	0,30											
Соль	0,30											
Итого:	150	8,45	5,62	21,48	203,5	26,75	0,29	67,36	82,32	28	7,8	0,2
Итого: выход 150 г, белки 8,45 г, жиры 5,62 г, углеводы 21,48 г, энергия 203,5 ккал, витамин С 26,75 мг, витамин В1 0,29 мг, витамин А 67,36 мкг, кальций 82,32 мг, фосфор 28 мг, магний 7,8 мг, железо 0,2 мг												
Обед 83 (руб)												
Колбас. из курятины												
Сырчик лав. домашний Под ред. Л.С. Карлова. Пельмени. 2008г.	25,00											
Итого:	10,00											
Соль	0,30											
Итого:	200	0,75		16,11	67,42	1	0,01	26,6	40,96	25	6,75	0,03
Итого: выход 200 г, белки 0,75 г, жиры 0 г, углеводы 16,11 г, энергия 67,42 ккал, витамин С 1 мг, витамин В1 0,01 мг, витамин А 26,6 мкг, кальций 40,96 мг, фосфор 25 мг, магний 6,75 мг, железо 0,03 мг												
Обед 84 (руб)												
Хлеб ржан.-пшеничный												
Итого:	25,00											
Соль	10,00											
Итого:	60	4,99	1	19,96	128,63		0,1		34,14	14,2	10,8	2,1
Итого: выход 60 г, белки 4,99 г, жиры 1 г, углеводы 19,96 г, энергия 128,63 ккал, витамин В1 0,1 мг, витамин А 34,14 мкг, кальций 14,2 мг, фосфор 10,8 мг, магний 10,8 мг, железо 2,1 мг												
Витаминизация 35 (руб)												
Молоко обезжиренное												
Итого:	200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Итого: выход 200 г, белки 6 г, жиры 6,4 г, углеводы 9,4 г, энергия 120 ккал, витамин С 17 мг, витамин В1 0,3 мг, витамин А 180 мкг, кальций 78 мг, фосфор 23 мг, магний 23 мг, железо 1,5 мг												
Витаминизация 36 (руб)												
Молоко обезжиренное												
Итого:	32,07	35,98	100,56	788,16	73,75	0,71	393,95	417,41	530,2	87,03	4,38	
Итого: выход 32,07 г, белки 35,98 г, жиры 100,56 г, углеводы 788,16 г, энергия 73,75 ккал, витамин С 0,71 мг, витамин В1 393,95 мкг, кальций 417,41 мг, фосфор 530,2 мг, магний 87,03 мг, железо 4,38 мг												
Наименование Вещи												
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Зщ, кал	С, мг	В1, мг	А, мг деп. зев.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
880	2,59	4,42	16,65	119,1	15,78	0,11	63,02	68,16	8,86	13,08	0,81	
Итого: выход 880 г, белки 2,59 г, жиры 4,42 г, углеводы 16,65 г, энергия 119,1 ккал, витамин С 15,78 мг, витамин В1 0,11 мг, витамин А 63,02 мкг, кальций 68,16 мг, фосфор 8,86 мг, магний 13,08 мг, железо 0,81 мг												
Обед 8 (руб)												
Суп-порр. из картофеля, с сухариками												
Итого:	72,00											
Картофель	16,00											
Лук репчатый	16,00											
Мука пш.	4,00											
Итого:	30,40											
Итого: выход 30,40 г, белки 0 г, жиры 0 г, углеводы 0 г, энергия 0 ккал, витамин С 0 мг, витамин В1 0 мг, витамин А 0 мкг, кальций 0 мг, фосфор 0 мг, магний 0 мг, железо 0 мг												

3 день 16.11.2022г

Химический состав

Наименование и пищевых веществ

Витамины

Минералы, мг

Сборник для ООО "Севен", 2011г. Милославский №276

	Сахар	10,00	10																		
	Чай	2,00	2																		
	Шиповник	10,00	10																		
Хлеб ржаной-пшеничный				30	2,65	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8						
Печенье ладное (мар. ред. М.А. Славская 1895г.) №18-1																					
Хлеб пшеничный				30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3						
Печенье ладное (мар. ред. Ю.А. Славская 1925г.) №15-2																					
Хлеб пшеничный				30																	
Печенье ладное (мар. ред. Ю.А. Славская 1925г.) №15-3																					
Хлеб пшеничный				30																	
Витаминизация 35(руб)																					
Букетчик витаминизированный				50	7,9	7,1	16,8	188		0,09		50		9,75	1,43						
Бисквит витаминизированный				50	28,22	25,38	112,33	901,64		0,47		339,37	349,94	121,72	97,3						
Итого:																					

Зам. директора по производству

Истоминя О.Л.

Истоминя О.Л.

Главный технолог

Гольцова А.А.

Гольцова А.А.