"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ „Гимназия №47"
Бобчик И.А.

"УТВЕРЖДАЮ" МУП г. Кургана "Комбинат питания"
Врио директора
Мишкарев А.Б.
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ Г. КУРГАНА В ВОЗРАСТЕ С 12 ДО 18 ЛЕТ(ЗАВТРАК) (НЕ МЕНЕЕ 20%СУТОЧНОГО РАЦИОНА)

1 день 19.09.2022г														
Наименование блюда	Брутто, г	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			660											
Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным			50	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*	20,20	20												
Масло сливочное*	10,00	10												
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Каша молочная пшенная, с маслом сливочным			210	4,2	4,8	12,34	188,16	1,95	0,08	125	180,1	135	21	0,11
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311														
Молоко цельное*	120,00	120												
Крупа пшено*	41,00	41												
Сахар*	4,50	4,5												
Соль*	0,30	0,3												
Масло сливочное*	10,00	10												
Кофейный напиток на цельном молоке			200	3,14	4,3	16,2	142,7	1,6	0,02	14	60	21	8	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №11.52														
Кофейный напиток*	4,00	4												
Молоко цельное*	200,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб ржано- пшеничный			20	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*	20,00	20												
Сок фруктовый т/п			200	1,3	4,6	14,9	84,2		0,1					
Сок фруктовый т/п	200,00	200												
Итого:				18,53	20,62	86,86	693,35	14,55	0,34	181	274,77	258,8	61,82	3,6

2 день 20.09 2022г														
Наименование блюда	Брутто, г	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			630											
Запеканка из творога "Витаминная", со сметаной			210	17,21	18,24	26,35	331,8	3,1	0,1	96	209,83	189,33	38,79	1,53
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223														
Творог*	115,60	113,2												
Морковь *	56,00	56												
Крупа манная*	22,35	22,35												
Меланж*	16,00	16												
Сахар*	26,00	26												

Масло растительное*	2,00	2												
Сметана*	6,60	6,6												
Сметана*	10,00	10												
Соль*	0,70	0,7												
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*	7,00	7												
Чай*	2,00	2												
Шиповник*	10,00	10												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,5	6		25	56	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
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:				**18,84**	**18,4**	**80,25**	**553,2**	**114,1**	**0,28**	**181**	**283,83**	**282,63**	**74,59**	**3,93**

3 день 21.09.2022г

Наименование блюда	Брутто, г	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			**620**											
Котлета рыбная "Любительская"			100	10,73	9,85	6,9	161,1	3,72	0,12	26,5	180,2	177,16	36,55	2,5
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390														
Рыба филе*	141,38	82												
Морковь*	24,00	24												
Хлеб пшеничный*	9,60	9,6												
Лук репчатый *	10,00	10												
Молоко цельное*	12,00	12												
Меланж*	12,00	12												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	11,25	7,2												
Соль*	0,40	0,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Подгарнировка: Маринад овощной с томатом			100	0,69	2,13	3,22	24,22	15,4	0,05	84	8,82	16,38	12,6	0,56
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124														
Морковь *	42,00	42												
Лук репчатый*	10,50	10,5												
Томатная паста*	4,20	4,2												
Масло растительное*	3,00	3												
Лимонная кислота*	0,26	0,26												
Сахар*	0,60	0,6												
Соль*	0,30	0,3												
Рис припущенный			180	4,68	6,88	34,8	223,2		0,07	70,8	73,2	40,8	12	0,6
Сборник для обр.учрежд. 2011г.,Могильный №305														
Крупа рис пропаренный*	48,00	48												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Компот "Лесная сказка"			200	0,5	0,3	19,96	79,84	5,8	0,02	13,5	0,4	1	2	0,06
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №279														
Смесь ягодная (клюква, брусника, смородина черная)*	20,00	20												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано- пшеничный			40	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 ржано- пшеничный*	40,00	40												
Итого:				18,13	19,32	82,61	575,38	24,92	0,28	194,8	266,62	248,34	65,95	3,92
4 день 22.09.2022г														
Наименование блюда	Брутто, г	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			550											
Жаркое с мясом			250	8,21	12	17,81	201,11	22,22	0,05	76,11	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)*	77,80	77,8												
Картофель*	133,30	133,3												
Лук репчатый*	27,80	27,8												
Морковь*	22,20	22,2												
Масло растительное*	3,30	3,3												
Томатная паста*	4,40	4,4												
Масло сливочное*	11,10	11,1												
Соль*	0,60	0,6												
Горошек консервированный			40	3,84	2,4	6,27	48,84	1,76	0,08	74	50,76	26,63	1,15	0,35
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Горошек зелёный*	61,54	40												
Кефир с сахаром			210	5,2	5	19,1	172,68	6,4	0,06	65	130	180	14	0,7
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ",М.,1996г ч1 №845														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			20	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*	20,00	20												
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*	30,00	30												
Итого:				22,1	20,14	79,78	617,29	30,38	0,28	217,11	251,61	317,4	65,03	3,96
5 день 23.09.2022г														
Наименование блюда	Брутто, г	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			550											
Тефтели с соусом			130	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,2008г №202														
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	117,00	117												
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												
Каша гречневая по "Купечески"			180	5,76	7,92	23,09	184,75	1,3	0,16	88	75,95	51,44	10	0,65
Лечебное питание детей в стационарах №8.4														
Крупа гречневая*	54,00	54												

Масло сливочное*	5,00	5												
Морковь*	18,00	18												
Лук репчатый*	24,00	24												
Масло растительное*	2,40	2,4												
Соль*	0,40	0,4												
Компот из кураги			200	0,65	0,21	14,9	135		0,08	36,5	0,2		20	0,13
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь 2008г №280														
Курага*	15,00	15												
Сахар*	10,00	10												
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												
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:				**20,8**	**19,81**	**89,36**	**662,07**	**15,3**	**0,5**	**180,5**	**313,12**	**240,49**	**61,68**	**3,53**

6 день 24.09.2022г

Наименование блюда	Брутто, г	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			**550**											
Филе куриное "Нежность"			120	12,34	8,57	12,69	145,65	8,05	0,18	71,17	163,19	26,86	37,33	1,4
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493														
Грудка куриная*	152,19	111,1												
Масло растительное*	2,90	2,9												
Лук репчатый *	23,30	23,3												
Морковь *	23,30	23,3												
Мука в/с*	2,30	2,3												
Томатная паста*	5,80	5,8												
Сметана*	8,20	8,2												
Соль*	0,60	0,6												
Макароны отварные			180	3,96	6,77	18,72	194,56		0,05	44	15,26	9,97	3,03	0,8
Лечебное питание детей в стационарах №8.1														
Макаронные изделия*	63,00	63												
Масло сливочное*	7,00	7												
Соль*	0,50	0,5												
Чай с сахаром и молоком			200	1,4	3,6	13,33	69,32	0,65	0,02	0,01	60,2	45	7	0,08
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №868														
Чай*	1,00	1												
Молоко цельное*	50,00	50												
Сахар*	10,00	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*	30,00	30												
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:				**21,51**	**19,49**	**80,45**	**585,73**	**8,7**	**0,32**	**115,18**	**251,25**	**137,93**	**62,36**	**3,36**

Зам.директора по производству _____ Истомина О.Л.

Главный технолог _____ Голышева А.А.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ „Гимназия № 47"
Бобчик И.А

"УТВЕРЖДАЮ" МУП г. Кургана "Комбинат питания"
Врио директора Мишкарев А.Б.
(подпись)

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ 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 19.09.2022г

Наименование блюда	Брутто, г	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			800											
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			270	6,5	3,03	22,7	115	12,9		148,9	105	111,8	31,6	2
Сборник тех. нормативов. Под. ред. Л.С.Коровка. Пермь,2009г №45														
Крупа горох*	15,00	15												
Картофель *	45,00	45												
Морковь*	10,00	10												
Лук репчатый*	10,00	10												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,50	0,5												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,20	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.*2														
Котлеты ПФ*	117,00	117												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Каша перловая рассыпчатая с овощами			180	6,2	11,45	28	190	1,17	0,15	6,3	20,36	3	24,2	1
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №6.42														
Крупа перловая*	50,40	50,4												
Лук репчатый *	24,00	24												
Морковь*	18,00	18												
Соль*	0,60	0,6												
Масло сливочное*	10,00	10												
Масло растительное*	3,00	3												
Кефир с сахаром			210	5,2	5	19,1	172,68	6,4	0,06	65	130	180	14	0,7
Сб.тех.норм "Хлебпродинформ".М.,1996г ч1 №645														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			20	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*	20,00	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*	20,00	20												
Итого:				30,17	27,61	117,3	823,1	21,07	0,42	270,5	361,76	360,9	98,87	5,4

2 день 20.09.2022г

Наименование блюда	Брутто, г	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			**800**											
Борщ Сибирский, со сметаной			255	3,9	5,3	17	128	21	0,22	88,5	102	12	25	2
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111														
Свёкла*	40,00	40												
Капуста*	20,00	20												
Картофель*	15,00	15												
Морковь	10,00	10												
Лук репчатый*	10,00	10												
Томатная паста*	3,00	3												
Масло растительное*	3,00	3												
Фасоль консервированная*	16,67	10												
Соль*	1,00	1												
Сметана*	5,00	5												
Гуляш			100	11,7	15,3	20,84	221,84			93,9	101	255,3	25,8	1,4
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №180														
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*	85,71	85,71												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый*	15,00	15												
Томатная паста*	5,00	5												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Пюре из бобовых			180	10,54	7,25	24,74	288,2	44,1	0,35	59,3	98,78	36,1	10,1	0,9
Сборник для обр.учрежд. 2011г. Могильный №199														
Крупа горох*	88,20	88,2												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,60	0,6												
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,2008г №280														
Курага*	25,00	25												
Сахар*	10,00	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*	30,00	30												
Хлеб ржано- пшеничный			35	2,6	0,5	12,4	66,2		0,07		11,5	64,1	18,9	1,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	35,00	35												
Итого:				**31,79**	**28,59**	**117,69**	**882,06**	**66,1**	**0,68**	**270,3**	**360,23**	**410**	**92,75**	**6,03**
3 день 21.09.2022г														
Наименование блюда	**Брутто, г**	**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			**801**											
Суп-пюре из картофеля, с сухариками			270	3,61	5,52	21,19	148,87	19,74	0,14	87,9	71,45	10,1	15,3	0,9
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №57														
Картофель *	90,00	90												
Морковь*	20,00	20												
Лук репчатый*	20,00	20												
Мука в/с*	5,00	5												
Молоко цельное*	38,00	38												
Масло сливочное*	12,00	12												
Соль*	0,50	0,5												

Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Омлет с сыром, со сливочным маслом			235	18,2	19,35	26,53	315,31	0,86	0,2	161	176	176	22,12	2,2
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211														
Меланж*	168,60	168,6												
Молоко цельное*	66,00	66												
Масло растительное*	4,40	4,4												
Соль*	1,10	1,1												
Сыр*	25,25	25												
Масло сливочное*	15,00	15												
Какао на цельном молоке (200/10/4)			200	5,6	6,4	19,38	157,52	2,6	0,08	14,3	160	180	28	0,15
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Какао*	4,00	4												
Молоко цельное*	200,00	200												
Сахар*	10,00	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.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Хлеб пшеничный			40	3,07	0,32	35,47	174,05		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Вафля "Молочная"			26	0,88	3,85	9,42	65,14	2,99	0,01	7,67	72,8	25,48	14,3	0,13
Вафли*	26,00	26												
Итого:				33,91	35,94	121,99	925,15	26,19	0,53	270,87	505,32	486,18	113,22	5,58

4 день 22.09.2022г

Наименование блюда	Брутто, г	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			800											
Суп из овощей, со сметаной			255	2,2	4,4	12,4	99	10	0,07	23,6	105	56,04	10,9	0,1
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №99														
Капуста*	20,00	20												
Картофель*	50,00	50												
Морковь*	10,00	10												
Лук репчатый*	10,00	10												
Горошек зелёный*	11,54	7,5												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
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 п/ф*	45,00	45												
Грудка куриная*	61,64	45												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Соль*	0,50	0,5												
Масло растительное*	3,00	3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	7,81	5												
Капуста тушеная			180	8,52	8,11	17,39	185,67	16	0,07	165,33	104	80	15,6	0,9
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №321														
Капуста*	229,20	229,2												
Масло растительное*	3,30	3,3												
Морковь*	4,00	4												

Лук репчатый*	8,00	8												
Томатная паста*	4,00	4												
Мука в/с*	2,30	2,3												
Сахар*	2,70	2,7												
Соль*	0,60	0,6												
Компот из смеси сухофруктов			200			14,97	59,88				0,3			0,05
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №884														
Сухофрукты*	25,00	25												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано- пшеничный			35	2,64	1,54	24,44	66,15		0,07		11,55	64,05	18,9	1,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано пшеничный*	35,00	35												
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*	30,00	30												
Итого:				**32,05**	**34,44**	**119,3**	**874,1**	**28,07**	**0,45**	**299,76**	**392,9**	**393,59**	**97,1**	**5,55**
5 день 23.09.2022г														
Наименование блюда	Брутто, г	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			**815**											
Рассольник ленинградский, со сметаной			255	3,4	5,5	18,61	133,53	7,2	0,1	70	54,93	14,85	3,1	1,63
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №42														
Картофель*	75,00	75												
Крупа перловая*	5,00	5												
Морковь*	10,00	10												
Лук репчатый*	5,00	5												
Огурцы консервированные (соленые)*	27,30	15												
Масло растительное*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	5,00	5												
Рыба, запеченная "Солнышко"			140	13,96	14,23	17,3	249,1	3,85	0,2	28,36	194	223	46,1	2,5
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №170														
Рыба филе*	236,20	137												
Мука в/с*	7,00	7												
Масло растительное*	3,00	3												
Меланж*	20,00	20												
Молоко цельное*	20,00	20												
Соль*	0,40	0,4												
Картофельное пюре			180	6,5	7,4	22,9	207,75	1,7	0,09	124,8	82	156,4	25,2	0,2
Сборник для обр.учрежд. 2011г.,Могильный №128														
Картофель*	154,00	154												
Молоко цельное*	36,00	36												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	1,00	1												
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 №376														
Сахар*	10,00	10												
Чай*	2,00	2												
Шиповник*	10,00	10												
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												
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:				**27**	**27,6**	**121,82**	**857,58**	**123,75**	**0,46**	**306,16**	**391,53**	**524,15**	**121**	**7,53**
6 день 24.09.2022г														
Наименование блюда	**Брутто, г**	**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			**801**											
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			255	4,49	5,8	13,7	121,89	5,23	0,06	40,9	64,6	82,9	26,4	0,5
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124														
Капуста*	50,00	50												
Картофель *	30,00	30												
Морковь*	10,00	10												
Лук репчатый *	10,00	10												
Томатная паста*	1,00	1												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,50	0,5												
Сметана*	5,00	5												
Плов с мясом			250	16,23	17,36	29,56	308,5	5,8	0,12	180,9	229,81	185,45	23,93	2,94
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265														
Гуляш из мяса(пром-ного пр-ва)*	108,80	108,8												
Крупа рис.пропаренный*	66,30	66,3												
Масло растительное*	3,80	3,8												
Лук репчатый*	6,30	6,3												
Морковь*	9,40	9,4												
Томатная паста*	3,80	3,8												
Соль*	1,30	1,3												
Компот "Рябинка"			200	0,5	0,3	19,96	79,84	5,8	0,02	13,5	0,4	1	12	0,06
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Кособка. Пермь,2008г №279														
Смесь ягодная Рябинка*	15,00	15												
Сахар*	10,00	10												
Вафля "Молочная"			26	0,88	3,85	9,42	65,14	2,99	0,01	7,67	72,8	25,48	14,3	0,13
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Вафли*	26,00	26												
Хлеб ржано- пшеничный			35	2,6	0,5	12,4	66,2		0,07		11,5	64,1	18,9	1,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	35,00	35												
Хлеб пшеничный			35	2,69	0,28	31,04	152,3		0,04		7	22,75	4,9	0,35
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	35,00	35												
Итого:				**27,39**	**28,09**	**116,08**	**793,87**	**19,82**	**0,32**	**242,97**	**386,11**	**381,68**	**100,43**	**5,38**

Зам.директора по производству _____ Истомина О.Л.

Главный технолог _____ Голышева А.А.