

Масло растительное*	3,00	3																	
Маринад овощной с томатом №2			100	0,98	3,18	4,6	34,6	22	0,06	95	12,6	23,4	18	0,6					
Лечебное питание (под ред М.А.Самсонова 1995г.) №9.124																			
Морковь *	60,00	60																	
Лук репчатый*	15,00	15																	
Томатная паста*	10,00	10																	
Масло растительное*	10,00	10																	
Лимонная кислота*	0,40	0,4																	
Сахар*	0,80	0,8																	
Соль*	1,00	1																	
Компот "Вкус лета"			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9					
Смесь ягод*	20,00	20																	
Сахар*	10,00	10																	
Хлеб пшеничный			35	1,91	1,2	22,16	109,5		0,03		5	16,25	3,5	0,25					
Лечебное питание (под ред М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																			
Хлеб пшеничный*	35,00	35																	
Итого:				19,24	19,02	104,27	697,81	49	0,58	326,67	256,17	246,28	56,97	3,93					
10 день 30.09.22																			
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.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Завтрак 71(руб)			#####																
Котлета "Детская"			100	9,62	11,09	14,99	174,5			0,07	0,01	97,2	113,67	20,3	1,52				
Лечебное питание детей в стационарах №2.6																			
Мясо п/ф*	67,80	67,8																	
Лук репчатый *	8,30	8,3																	
Хлеб пшеничный*	16,70	16,7																	
Яйцо*	2,70	2,7																	
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,50	8																	
Соль*	0,50	0,5																	
Масло растительное*	1,00	1																	
Калуста тушеная			170	3,59	2,47	16,79	158,67	13,6	0,06	116,73	88,4	68	11,47	0,45					
Сборник для обр.учрежд. 2011г. Могильный №321																			
Калуста *	194,90	194,9																	
Масло растительное*	3,40	3,4																	
Морковь*	3,40	3,4																	
Лук репчатый*	6,80	6,8																	
Томатная паста*	3,40	3,4																	
Мука в/с*	3,40	3,4																	
Сахар*	2,30	2,3																	
Соль*	0,30	0,3																	
Компот из смеси сухофруктов			200	0,8	1	18,4	70,4	6,6	0,2	15,2	12	8,1	10,3	0,4					
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №864																			
Сухофрукты*	20,00	20																	
Сахар*	7,00	7																	
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:				21,52	21,27	68,69	569,37	37,2	0,67	311,94	282,2	226,37	75,87	4,67					

Зам. директора по производству

Истомина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Голышева

Голышева А.А.

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МБОУ "Школа № 47"
 Бобчик И. А.

"УТВЕРЖДАЮ" МУП "Курган" "Комбинат питания"
 Директор Мишкарев А.Б.



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)

6 день 25.09.2022г														
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 71(руб)			765											
Суп картофельный с макаронными изделиями			200	1,94	2	16,6	94,8	6,2	0,04	40	50,8	36	15,7	1,5
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровак Пермь, 2008г №47														
	Макаронные изделия*	6,40	6,4											
	Картофель*	40,00	40											
	Морковь*	8,00	8											
	Лук репчатый*	8,00	8											
	Масло растительное*	2,40	2,4											
	Соль*	0,30	0,3											
Котлеты промышленного производства			100	11,31	12,97	24,34	203,38	4	0,11	129	89	60,2	33,8	1,52
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
	Котлеты "Куриные" (пром-ного пр-ва)*	110,00	110											
	Масло растительное*	2,50	2,5											
Каша гречневая по "Купечески"			150	2,8	5,6	18,8	135,46	1,2	0,07	65	60,31	42,36	8,9	0,5
Лечебное питание детей в стационарах №8.4														
	Крупа гречневая*	45,00	45											
	Масло сливочное*	10,00	10											
	Морковь*	15,00	15											
	Лук репчатый*	20,00	20											
	Масло растительное*	2,00	2											
	Вода	104,00	104											
	Соль*	0,30	0,3											
Кефир с сахаром			210	5,2	3,4	18,17	172,68	6,4	0,06	65	130	180	14	0,7
СБ.тех.норм "Хлебпродинформ" М., 1996г ч1 №645														
	Кефир*	207,00	207											
	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											
Итого:				31,7	31,57	104,71	858,58	20,3	0,43	299	397,18	393,16	109,05	7,45
7 день 27.09.2022г														
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 71(руб)			865											
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			255	1,6	4,16	10,48	84,8	11,1	0,08	13,3	3,3	38,7	16,8	0,58
Сборник для общ.учрежд., 2011г, Могильский №82														

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:					30,83	30,97	101,32	807,75	39,52	0,64	367,67	337,22	332,58	76,92	4,52
			10 день 30.09.2022г												
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 71(руб)			785												
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			205	3	4,7	9,3	79,5	3,8	0,04	20	50,3	73	14,4	0,4	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124															
Капуста *			40,00	40											
Картофель *			24,00	24											
Морковь *			8,00	8											
Лук репчатый *			8,00	8											
Томатная паста *			0,80	0,8											
Масло растительное *			2,00	2											
Сметана *			5,00	5											
Соль *			0,30	0,3											
Рыба, тушенная в томате с овощами			130	9,5	6,8	16,8	189,7	5,4	0,2	125	168,3	151,2	29	0,51	
Сборник для обр. учрежд. ,2011г. ,Могильный №229															
Рыба филе			189,66	110											
Морковь *			38,00	38											
Лук репчатый *			38,00	38											
Томатная паста *			6,00	6											
Масло растительное *			3,00	3											
Соль *			0,50	0,5											
Рис припущенный			180	3,9	9,9	21	146		0,05	59	61	83	10	0,4	
Сборник для обр. учрежд. ,2011г. ,Могильный №305															
Крупа рис пропаренный *			40,00	40											
Масло сливочное *			5,00	5											
Соль *			0,30	0,3											
Напиток из плодов шиповника			200	0,1	0,15	14,97	59,88	36,9	0,02	20,5	0,3	0,01		0,05	
Сборник для обр. учрежд. ,2011г. ,Могильный №388															
Шиповник *			20,00	20											
Сахар *			15,00	15											
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. Самсонов 1995г.) №15.1															
Хлеб ржано-пшеничный *			20,00	20											
Итого:					28,21	29,2	114,58	839,28	48,6	0,47	224,5	342,5	363,31	77,15	3,89

Зам.директора по производству

Главный технолог

Истомина О.Л.

Истомина О.Л.

Гольшева А.А.