

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 06.04.2023															
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	12,97	9,45	123,7	5,9	0,1	51	109,88	25,02	30	1	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493															
Грудка куриная*	93,15	66,0													
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	27,6	206,6		0,04	32	47,72	88,21	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	152,68	2,4	0,06	65	130	180	14	0,7	
Сб. тех. норм. "Хлебпродинформ", М. 1996г. ч.1 №845															
Кефир*	207,00	200													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	67,02		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	22,61	77,88	572,2	9,3	0,22	148	291,6	306,23	69,33	2,1	
5 день 07.04.2023															
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)			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	
Сборник рецептов 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			250	6,08	5,91	29,15	194,15	2,34	0,08	0,04	217,4	184,5	22,7	0,29	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311															
Крупа рис круглый*	19,00	19													
Молоко цельное*	225,00	225													
Крупа пшено*	19,00	19													
Соль*	0,50	0,5													
Сахар*	12,00	12													
Масло сливочное*	10,00	10													
Чай с сахаром и молоком №9			200	3,5	4	19,85	113,42	1,63	0,05	0,03	150,2	112,5	17,5	0,11	

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №968

Чай*	1,00	1												
Молоко цельное*	130,00	130												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб ржано-пшеничный			35	2,64	1,54	24,44	86,15		0,07		11,55	64,05	18,9	1,4
Пеневное питание (под ред. М.А.Самойлова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*	35,00	35												
Итого:				17,43	18,95	76,75	515,72	4,97	0,4	115,47	404,55	363,59	61,99	1,81

Зам.директора по производству

Истомина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Гольшева

Гольшева А.А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор



УТВЕРЖДАЮ: МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Директор



Мишкарев 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).

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)			690														
уп 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			
Зерн.тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Перья 2006г №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														
	Лавровый лист*	0,10	0,1														
иточек "Куриный"			100	11,31	12,97	14,34	207,38	9	0,13	67	157	119	33	0,4			
Карня рецептур. Блюдо к кулинарным изделиям для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №499																	
	Биточки "Куриные" (пром-ного про-ва)*	117,00	117														
	Масло растительное*	2,50	2,5														
Ша гречневая по "Купечески"			150	2,8	5,6	34,8	195,46	1,2	0,07	8,5	60,31	42,36	8,9	0,5			
ебное питание детей в стационарах №6.4																	
	Крупы гречневые*	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														
й с сахаром			200	0,1		15,2	62,3	2,4	0,06	65	130	180	14	0,7			
д.х.норм. "Хлебродинформ" М. 1996г ч1 №645																	
	Чай*	1,00	1														
	Сахар*	15,00	15														
еб ржано-пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,6	0,8			
ебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																	
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20														
еб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2			
ебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																	
	Хлеб пшеничный*	20,00	20														
ого:				19,19	21,63	96,78	892,76	18,8	0,36	210,5	368,71	396,96	85,2	4,1			
2 день 04.04.2023																	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ									
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг							

Чай с сахаром и шиповником	200	0,1	0,15	14,97	59,88	136,9	0,02	70,5	0,3	0,01	10	0,05				
Сборник для обр. учреждений, 2011 г., Могилы №388																
Шиповник*	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	2,8	0,2			
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:				27,84	24,53	105,75	763,89	144,67	0,33	286,87	321,17	309,63	70,99	3,81		
5 день 07.04.2023																
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
Обед 71(руб)			645													
Борщ Сибирский, со сметаной			205	3,9	5,3	17	123	21	0,22	88,5	14	12	25	2		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №111																
Свёкла*	32,00	32														
Капуста*	16,00	16														
Картофель*	12,00	12														
Морковь*	8,00	8														
Лук репчатый*	8,00	8														
Томатная паста*	2,40	2														
Масло растительное*	2,00	2														
Фасоль консервированная*	13,33	8														
Соль*	0,30	0														
Сметана*	5,00	5														
Лавровый лист*	0,10	0,1														
Жаркое с мясом			200	11,21	15	33,1	273,11	2,22	0,05	118,11	147,78	116,67	17,78	0,81		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №111																
Гуляш(прям-ного пр-ва)*	65,00	65														
Картофель*	112,00	112														
Лук репчатый*	20,00	20														
Морковь*	16,00	16														
Масло растительное*	2,00	2														
Томатная паста*	3,00	3														
Масло сливочное*	4,00	4														
Соль*	0,80	0,8														
Лавровый лист*	0,10	0,1														
Сок фруктовый разливной 0,2 л.			200	0,16	0,1	23,03	69,60	9,8	0,06	78	23	15,6	6,1	0,3		
Лечебное питание детей в стационарах №11.16																
Сок(разливной)*	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														
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:				18,31	20,87	89,97	603,59	33,02	0,39	284,61	195,38	193,87	62,48	4,11		

Зам директора по производству

Истомина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Гольшева

Гольшева А.А.