

Масло сливочное*	10,00	10																
Соль*	0,20	0,2																
Какао на цельном молоке (98/7/2)			200	5,6	6,4	19,36	157,52	2,6	0,08	0,04	91	80	8				0,16	
Сезонное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8																		
Какао*	2,00	2																
Молоко цельное*	90,00	90																
Сахар*	7,00	7																
Сок фруктовый з/л			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28				1,9	
Лечебное питание детей в стационарах №11.16																		
Сок(з/л)*	200,00	200																
Хлеб ржано-пшеничный			25	1,66	0,36	8,66	47,25		0,05		8,26	45,76	13,5				1	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1994г.) №15.1																		
Хлеб ржано-пшеничный*	25,00	25																
Итого:				19,98	17,14	95,74	668,99	15,16	0,34	147,04	307,88	408,05	99,3				3,65	
8 день 12.05.2023																		
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 77(руб)			480															
Рыба, тушенная в томате с овощами			105	9,5	9	16,8	189,7	5,4	0,2	125	169,3	151,2	28				0,51	
Сборник для сб. учета, 2011г. Могилев №229																		
	Рыба филе*	145,28	86															
	Морковь*	35,00	35															
	Лук репчатый*	35,00	35															
	Томатная паста*	5,00	6															
	Масло растительное*	3,00	3															
	Соль*	0,30	0,9															
Картофельное пюре			160	4,2	0,45	34,44	183,3	2,4	0,04	24,4	186,7	87	29,3				1,56	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Козлова. Пермь 2009г №230																		
	Картофель*	126,00	126															
	Масло*	24,00	24															
	Масло сливочное*	8,00	8															
	Соль*	0,30	0,3															
Компот из кураг			200	0,75		13,61	67,42	1	0,01	20	40,95	23	8,75				0,09	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Козлова. Пермь 2009г №230																		
	Курага*	15,00	15															
	Сахар*	15,00	15															
Хлеб пшеничный			25	1,91	1,2	22,16	109,5		0,03		5	16,26	3,6				0,25	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1994г.) №15.2																		
	Хлеб пшеничный*	25,00	25															
Итого:				16,36	16,65	87,01	548,92	8,8	0,28	169,4	400,95	277,45	70,55				2,35	

Зам.директора по производству

Главный технолог

Истомина

Истомина О.Л.

Голышева

Голышева А.А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ИБОУ «Зимняя школа №49»
И.А. Бобчик
 (подпись)

УТВЕРЖДАЮ МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Директор



А.Б. Мишкарев
 (подпись)

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	Эн. калп	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	Р, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
6 день 10.05.2023														
Обед 71(руб)														
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корень. Пермь, 2008 №18														
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			220	4,1	2,4	27	98	10,5		55	85,5	70	21,7	0,5
Крупа греч*	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*	0,10	0,1												
Мясо тушеное в томатном соусе			100	0,76	14,52	17,44	214,32	4		70	195	251	35	2,2
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корень. Пермь, 2008 №19														
Гуляш (восемь-ного пр-ва)*	73,50	73,5												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый*	20,00	20												
Томатная паста*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Макароны отварные			180	3,7	4,48	27,6	208,8		0,04	32	47,72	88,21	22,83	0,2
Лечебное питание детей в стационарах №8.1														
Макаронные изделия*	83,00	83,0												
Масло сливочное*	7,00	7												
Соль*	0,50	0,5												
Напиток фруктовый "Изюминка"			200			14,97	59,88	2,4	0,06	65	11	0,8	1,2	0,01
СБ тех. норм. "Хлебобулочные" М. 1995г. ч1 №545														
Изюм*	26,00	26												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано-пшеничный			35	2,84	1,54	24,44	86,15		0,07		11,55	54,05	18,9	3,4
Лечебное питание (под ред М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*	35,00	35												
Итого:				20,2	22,94	111,45	667,15	16,9	0,17	222	360,77	474,06	99,33	4,3*
7 день 11.05.2023														
Химический состав														
Наименование пищевых веществ														

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг ретинол экв	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед 71(руб)			695												
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			205	5,12	6,44	11,2	104,4	2,1	0,02	73	21,2	6,3	23,68	0,36	
Сборник для обр. учета, 2014 г. Мозильный №93															
	Крупа рис круглозерный*	4,00	4												
	Томатная паста*	4,00	4												
	Капуста*	40,00	40												
	Морковь*	8,00	8												
	Лук репчатый*	8,00	8												
	Масло растительное*	2,00	2												
	Соль*	0,30	0,3												
	Сметана*	5,00	5												
	Лавровый лист*	0,10	0,1												
Вифштекс "Богатырь" (2)			100	16,39	20,15	23,5	333	2,07	0,21	40,63	166,05	174	47,5	2,6	
Сборник для обр. учета, 2011 г. Мозильный №223															
	Говядина*	45,00	45												
	Гуляш куриный(пром.произв.)*	45,00	45												
	Лук репчатый*	20,00	20												
	Соль*	0,50	0,5												
	Масло растительное*	3,00	3												
	Хлеб пшеничный (для буарей)*	15,02	10												
Рагу овощное			150	4	8,6	17,72	136	0,41	0,11	18,87	81,73	132,8	4,48	0,27	
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г.) №736															
	Картофель*	70,00	70												
	Морковь*	20,00	20												
	Капуста*	40,00	40												
	Лук репчатый*	20,00	20												
	Масло растительное*	2,50	3												
	Соль*	0,30	0												
	Томатная паста*	1,00	1												
Чай с сахаром			200	0,1		15,2	62,3	2,4	0,06	65	130	180	14	0,7	
СБ.тех.норм. "Хлебобулочные изделия", М. 1986 г. ч1 №645															
	Чай*	1,00	1												
	Сахар*	15,00	18												
Хлеб пшеничный			20	1,93	0,16	17,73	67,02		0,02		4	13	2,8	0,2	
Лечебное питание под ред. М.А.Самсонова 1985 г. №16.2															
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб рисово-пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,6		0,04		6,6	36,8	10,8	0,8	
Лечебное питание под ред. М.А.Самсонова 1985 г. №15.1															
	Хлеб рисово-пшеничный*	20,30	20												
Итого:				28,65	33,88	94,46	768,52	6,98	0,46	197,5	419,68	642,7	193,26	5,12	
8 день 12.05.2023															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
Обед 71(руб)			695												
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			205	1,6	4,16	13,48	84,8	11,1	0,06	13,3	3,3	38,7	16,8	0,58	

Сборник для ОБУ-Форм. 2011г. Могильный №62														
Сайтка*	32,00	32												
Калусса*	16,00	16												
Картофель*	16,00	16												
Морковь*	8,00	8												
Лук репчатый*	8,00	8												
Томатная паста*	2,40	2,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Сахар*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Котлета куриная			90	11,31	12,97	14,34	207,58	9	0,13	67	157	119	33	0,4
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №420														
Бисквит "Курочье" (проектного права)*	100,00	100												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Каша перловая рассыпчатая с овощами (лук)			150	9,2	8,9	30,4	198	1,03	0,08	4	15,3	0,8	10,4	0,03
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова, 1995г.) №642														
Крупа перловая*	42,00	42												
Лук репчатый*	10,00	10												
Масло растительное*	3,00	3												
Морковь*	20,00	20												
Соль*	0,50	0,5												
Компот "Ягодки" №1			200	1	1,2	19,96	79,64	1,6	0,02	14	60	21	8	0,4
Сб. тех. норм "Хлебопродукция", М., 1988г. ч1 №645														
Смесь ягод (смородина, вишня, яблоко)*	15,00	15												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,61	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			30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,6	4,2	0,3
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова, 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:			20,92	27,78	113,89	746,22	22,73	0,38	98,3	248,2	235,6	83,2	2,51	

Зам. директора по производству

Главный технолог

Истомина

Истомина С.Л.

Г

Гольшева А.А.