



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «Гимназия №7»
И.А. Бобчик

УТВЕРЖДАЮ: МУП г. Кургана «Комбинат питания»

Директор Мишкарев А.Б.



Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

1 день 06.03.2023														
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 81(руб)														
Булгур-булдо горячий с сыром и маслом сливочным			50	5,8	5,2	14,7	101,56	5	0,14	20	104	40	13	0,2
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №110														
Сыр*	15,15	15												
Масло сливочное*	10,00	10												
Хлеб пшеничный*	28,00	25												
Каши молочная пшеница, с маслом сливочным			170	6,56	5,84	28,73	186,63	1,56	0,05	0,02	144,06	136	36,8	0,08
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №111														
Молоко цельное*	120,00	120												
Крупа пшениц*	32,90	32,9												
Сахар*	4,10	4,1												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,20	0,2												
Кофейный напиток на цельном молоке (4*6/190)			200	4,14	5,3	12,2	122,7	1,4	0,02	12	50	18	0	0,3
Лечебное питание (год ред М.А. Самсонова 1995г.) №11.52														
Кофейный напиток*	4,00	4												
Молоко цельное*	190,00	190												
Сахар*	10,00	10												
Сок фруктовый 1л			200	0,1		21,2	74,6	8		26	58	75,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(1л)*	200,00	200												
Хлеб ржано-пшеничный			25	1,86	0,38	8,88	47,25		0,08		6,25	48,75	13,6	1
Лечебное питание (год ред М.А. Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-эконо-пшеничный*	25,00	25												
Итого:				19,28	20,72	86,21	632,94	13,86	0,28	57,02	364,33	298,05	77,3	3,48
2 день 07.03.2023														
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 81(руб)														
Наггетсы "Детские"			100	14,5	14,3	11	243,38	4	0,17	108	126	70,2	33,8	1,52
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №499														
Наггетсы "Детские"(замороженные)*	110,00	110												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Рагу овощное (пюре)			150	3	5,1	9,54	102	10,31	0,08	14	68,6	90,5	3,18	0,2
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №7.30														

Хлеб пшеничный*	30,00	30													
Омлет с сыром и маслом сливочным (4)			235	12,75	12,86	15,43	287,47	0,69	0,16	0,46	180	200,35	31,05	1,56	
Сборник для оборудования, 2011 г. Метильный №211															
Меланж*	180,00	180													
Молоко цельное*	83,00	83													
Масло растительное*	5,00	5													
Соль*	1,10	1,1													
Сыр*	5,05	5													
Масло сливочное*	10,00	10													
Чай с сахаром и молоком №5			200	3,5	4	17,86	113,42	1,83	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. №858															
Чай*	1,00	1													
Молоко цельное*	110,00	110													
Сахар*	15,00	15													
Хлеб ржано-пшеничный			25	1,88	0,38	6,90	47,25		0,05		8,25	45,75	13,5	1	
Лечебно-диетическое питание (под ред. М. А. Савицкой) (вып. 1) №15-1															
Хлеб ржано-пшеничный*	25,00	25													
Итого:				21,13	22,24	67,17	522,14	27,51	0,27	105,49	388,45	374,6	73,05	2,86	

Зам директора по производству

Главный технолог

Истомина

Г

Истомина О.Л.

Голышева А.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор *И.А. Бабчик*
И.А. Бабчик (подпись)

УТВЕРЖДАЮ: Директор Кургана "Комбинат питания"

Директор *А.Б. Мишкарев*
А.Б. Мишкарев (подпись)



Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (обед) (не менее 30% суточного рациона).

1 день 06.03.2023														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед 81 (руб)			700											
Суп картофельный с макаронными изделиями			200	1,94	2,39	7,6	94,8	5,2	0,04	72	10,8	8	13,7	1,5
Сборник тех. спецификац. Под ред. Л.С. Хараска. Пермь, 2008. №17														
	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											
Выпечка "Куриный"			100	11,31	12,97	14,34	207,36	9	0,13	67	157	118	33	0,4
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (г.м. общеобразовательных школ). 2014 г. №499														
	Выпечка "Куриный" (приманого хлеба)*	117,00	117											
	Масло растительное*	2,50	2,5											
Каша гречневая по "Кулческой" (густ)			150	2,6	5,9	34,8	195,48	1,2	0,07	6,5	80,31	42,36	8,9	0,8
Половое питание детей в стационарах №14														
	Крупа гречневая*	45,00	45											
	Масло сливочное*	10,50	10											
	Морковь*	20,00	20											
	Лук репчатый*	10,00	10											
	Масло растительное*	2,00	2											
	Соль*	0,30	0,3											
Кефир с сахаром			210	6,2	5	23,1	182,68	2,4	0,06	86	130	180	14	0,7
СБ тех.карт. "Хлеб-проекторы", М., 1998 г. №045														
	Кефир*	207,00	200											
	Сахар*	10,00	10											
Хлеб диано-пшеничный			20	1,81	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	34,6	10,6	0,8
Рецепты питания (под ред. М.А. Савинова. 1999 г. №13.1)														
	Хлеб-диано-пшеничный*	20,00	20											
Хлеб пшеничный			23	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2
Рецепты питания (под ред. М.А. Савинова. 1995 г. №15.2)														
	Хлеб пшеничный*	20,00	20											
Итого:				24,29	26,53	106,90	783,14	18,8	0,38	210,5	368,71	395,96	88,2	4,1
2 день 07.03.2023														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн, ккал	Витамины			Минералы, мг			

Кефир на цельном молоке (200/10/3)														
Сметанное молоко. Производства райкоопсоюза (20% жир.) №11.8		200	5,0	5,4	19,95	157,52	2,6	0,05	0,04	240,2	150	28	0,15	
Кефир*	3,00	3												
Молоко цельное*	200,00	200												
Сахар*	13,00	10												
Хлеб пшеничный														
Рецептура питания №44. вид МД. Сметанная 1905. / Art 2		25	2,89	0,20	31,04	152,3		0,04		7	22,75	4,9	0,35	
Хлеб пшеничный*	35,30	35												
Итого:			23,4	25,98	100,92	710,83	28,82	0,39	206,65	400,98	331,42	78,58	3,21	

Зам.директора по производству

Истомина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Гольшева

Гольшева А.А.