

Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,50	8														
Соль*	0,50	0,5														
Масло растительное*	1,00	1														
Калусета тушеная			150	3,2	3,5	14,8	11,8	12	0,05	103	62	80	7,5	0,39		
Сборник для обр. учрежд., 2011г., Могильный №521																
Калусета*	172,00	172														
Масло растительное*	3,00	3														
Морковь*	3,00	3														
Лук репчатый*	6,00	6														
Томатная паста*	3,00	3														
Мука в/с*	3,00	3														
Сахар*	2,00	2														
Соль*	0,70	0,7														
Чай фруктовый №3			200	0,3		15	40,8	9,84	0,2	88	8,3	11	7,1	0,87		
Сборник для обр. учрежд., 2011г., Могильный №376																
Чай*	1,00	1														
Смесь ягод (яблonya, брусника, смородина черная)*	5,00	5														
Сахар*	15,00	15														
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,18	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2		
Печенье питание (под ред. М.А.Самсонова 1895г.) №15.2																
Хлеб пшеничный*	20,00	20														
Итого:				14,65	15,55	82,92	430,32	21,64	0,34	171,01	191,5	197,67	37,7	2,98		
8 день 15.02.2023																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц. квал.	Витамины			Минералы, мг					
										С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 71(руб)			480													
Филе куриное "Нежность"			100	9,68	12,97	9,45	123,7		6,9		0,1	51	109,68	25,02	30	1
Сборник рецептов Блюда в кулинарных изделиях для предприятий общественного питания три общеобразовательных класса, 2004г., №190																
Грудка куриная*	93,15	68,0														
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														
Макаронные изделия			150	3,7	4,48	27,6	206,6			0,04	32	47,72	86,21	22,53	0,2	
Печенье питание детей в столовых №8.1																
Макаронные изделия*	62,50	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	3,06	65	130	180	14	0,7	
Сб. пз. нере. "Хлебпродинформ" М., 1991г. к1 №646																
Кефир*	207,00	200														
Сахар*	10,00	10														
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,18	17,73	87,02			0,02		4	13	2,8	0,2	
Печенье питание (под ред. М.А.Самсонова 1895г.) №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		
8 день 16.02.2023																
				Химический состав					Наименование пищевых веществ							

Компот из кураги	200	0,75		13,81	87,42	1	0,01	20	40,95	,23	8,75	0,03	
Сборник тех. нормативов. Под ред. П.С.Корова. Ленин, 2008г. №280													
Курага*	20,00	20											
Сахар*	10,00	10											
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:			21,43	21,97	89,67	559,4	16,2	0,3	118,5	331,63	217,81	48,53	2,58

Зам.директора по производству

Истомина

Истомина О.Л.

Главный технолог

Гольшева

Гольшева А.А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор *МБОУ, Тимкина №47*
И.А. Бобчик



УТВЕРЖДАЮ: МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Директор *А.Б. Мишкарев*
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).

6 день 13.02.2023

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименования пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Обед 71(руб)			690	4,1	2,4	27	98	10,5		55	65,5	70	21,7	0,5
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			220	4,1	2,4	27	98	10,5		55	65,5	70	21,7	0,5
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г. №45														
	Крупа пшеница*	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 сушек)*	31,25	20											
	Лавровый лист*	0,10	0,1											
Наггетсы "Детские"			100	14,5	14,5	11	243,38	4	0,11	129	129	70,2	33,8	1,52
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №485														
	Наггетсы "Детские" (пром-ного пр-ва)*	110,00	110											
	Масло растительное*	2,50	2,5											
Каша перловая рассыпчатая с овощами (лук)			150	3,2	8,9	30,4	198	1,03	0,08	4	15,3	0,8	10,4	0,03
Печеное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №8.42														
	Крупа перловая*	42,00	42											
	Лук репчатый*	10,00	10											
	Масло растительное*	3,00	3											
	Морковь*	20,00	20											
	Соль*	0,50	0,5											
	Масло сливочное*	10,00	10											
Компот "Ягодка" №1			200	1	1,2	18,96	79,94	1,8	0,02	14	60	21	8	0,4
СБ. тех. норм. "Хлебобулочные" М. 1996г. ч1 №545														
	Смесь ягод (смородина, вишня, яблоко)	15,00	15											
	Сахар*	15,00	15											
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,5		0,04		6,6	36,5	10,8	0,8
Печеное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20											
Итого:				24,31	27,31	97,47	655,12	17,13	0,25	202	296,4	198,6	84,7	3,25

7 день 14.02.2023

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименования пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	

Бифштекс "Богатырь" (1)		100	16,36	20,15	23,5	333	2,07	0,21	40,63	166,05	174	47,5	2,8			
Сборник для общ.учебн., 2011г., Могилы №223																
Говядина*	45,00	45														
Грудка куриная*	61,64	45														
Лук репчатый*	20,00	20														
Соль*	0,50	0,3														
Масло растительное*	3,00	3														
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	15,62	10														
Рагу овощное		150	4	6,8	17,72	156	0,41	0,11	18,67	91,73	132,8	4,48	0,27			
Семидневное меню. Практическое руководство (2014) №7 38																
Картофель*	70,00	70														
Морковь*	20,00	20														
Капуста*	55,00	55														
Лук репчатый*	5,00	5														
Масло растительное*	2,50	3														
Соль*	0,30	0														
Томатная паста*	1,00	1														
Компот из сухофруктов		200	0,2	0,2	23	86	9,8	0,06	76	23	15,1	6,1	0,3			
Пензенское питание детей в стационарах №11.16																
Сухофрукты*	15,00	15														
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 (год ред. М.А.Самсонова 1995) №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 (год ред. М.А.Самсонова 1995) №15.1																
Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20														
Итого:			28,71	33,96	102,29	775,88	14,38	0,46	210,5	312,58	378,3	95,36	4,72			
9 день 16.02.2023																
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)			785							С, мг	В1, мг	К, мг рети. эск.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			295	1,6	4,16	13,48	84,8		11,1	0,08	13,3	3,3	36,7	16,8	0,58	
Сборник для общ.учебн., 2011г., Могилы №82																
Сейтка*	32,00	32														
Капуста*	16,00	16														
Картофель*	18,00	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														
Мясо тушеное в томатном соусе с кургой		120	10,2	10,9	16,95	176,23	8	0,2	107,1	105,9	146,28	24,19	1			
Сборник тех.исследован. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г. №180																

Хлебобулочные изделия, 2004. Сборник для общеобразовательных школ №393														
Рыба филе*	129,31	75												
Хлеб пшеничный*	11,00	11												
Молоко цельное*	18,00	18												
Меланж*	8,00	8												
Масло сливочное*	4,00	4												
Соль*	2,00	2												
Рис припущенный			150	3,9	5,7	27	186		0,05	69	101	34	9	0,4
Сборник для абитурантов, 2011 г., Метельный №226														
Крупа рис пропаренный*	40,00	40												
Масло сливочное*	3,50	3,5												
Соль*	0,30	0,3												
Сок фруктовый разливной 0,2 л.			200	0,16	0,1	23,03	69,66	9,8	0,05	78	23	15,6	6,1	0,3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(разливной)*	200,00	200												
Хлеб пшеничный			25	1,91	1,2	22,16	106,5		0,03		5	16,25	3,5	0,25
Лечебное питание под ред. М.А.Самсонова 1999г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	25,00	25												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,0	30,6	10,8	0,8
Лечебное питание под ред. М.А.Самсонова 1999г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20												
Итого:				24,69	23,81	112,5	725,96	24,72	0,48	204,58	445,44	334,65	97,8	4,15

Зам.директора по производству

Главный технолог

Нисолоскина

См

Истомина О.Л.

Голышева А.А.