СОГЛАСОВАНО
Директор школы МБОУ "Гимназия № 47"
_____ (подпись)
И. А. Бобчик

Врио Директора «Комбинат питания» _____ (подпись) Кузнецова Людмила Владимировна

УТВЕРЖДАЮ

Примерное цикличное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте с 7 до 11 лет (затврак, не менее 20% суточного рациона).

1 день														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			**500**	**17,36**	**16,19**	**73,72**	**532,87**	**12,7**	**0,32**	**140,34**	**278**	**249,6**	**67,7**	**2,78**
Тефтели в соусе			120	8,6	10,23	7,6	156,87	11,3	0,12	120	22,8	21,3	26,9	1
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №462														
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	108,00	108												
Масло растительное*	2,00	2												
Мука в/с*	1,35	1,35												
Морковь (очищенная)*	5,00	5												
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5												
Томатная паста*	5,00	5												
Сахар*	0,30	0,3												
Соль*	0,50	0,5												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Вода	27,00	27												
Укроп (сушеный)*	0,03	0,03												
Каша гречневая			150	3,02	2,3	33,3	165,98		0,12	20,3	11,2	25,3	10	1,36
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №508														
Крупа гречневая*	50,00	50												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,20	0,2												
Вода	120,00	120												
Кефир с сахаром			210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2
Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2.Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645,сб 1996г														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	69,28		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Витаминизация 45 (руб)			**25**	**5**	**5**	**64**	**321**				**150**			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				22,36	21,19	137,72	853,87	12,7	0,32	140,34	428	249,6	67,7	2,78

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав: Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Наименование пищевых веществ: Витамины: С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Минералы, мг: Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			**520**	**20,86**	**21,57**	**77,73**	**588,49**	**12,87**	**0,38**	**158,22**	**349,79**	**388,55**	**68,25**	**2,9**
Батон с маслом сливочным и сыром			50	6,3	5,6	14,7	134,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103	11,75	0,53
Сыр*	15,15	15												
Масло сливочное*	10,00	10												
Батон "Молочный"*	25,00	25												
Каша молочная пшенная с курагой и с маслом сливочным			210	6,52	2,14	12,6	95,74	1,95	0,23	70,3	86	100,3	21,3	1,21
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-8к-2020(7-11лет)														
Крупа пшено*	40,00	40												
Молоко цельное*	150,00	150												
Вода	20,00	20												
Курага*	8,00	8												
Сахар*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Масло сливочное*	10,00	10												
Какао на цельном молоке (2/7/155)			200	5,13	2,5	10,2	83,82	2,02	0,06	35,2	186,14	139,5	21,7	0,11
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693														
Какао*	2,00	2												
Молоко цельное*	155,00	155												
Сахар*	7,00	7												
Вода	60,00	60												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	17,23	79,21		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Вафли "Снежинка"			35	1,08	11	23	195,32	3,8						
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Вафли "Снежинка"*	35,00	35												
Витаминизация 45 (руб)			**25**	**5**	**5**	**64**	**321**				**150**			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				**25,86**	**26,57**	**141,73**	**909,49**	**12,87**	**0,38**	**158,22**	**499,79**	**388,55**	**68,25**	**2,9**

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав: Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Наименование пищевых веществ: Витамины: С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Минералы, мг: Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			**500**	**22,84**	**16,99**	**66,43**	**512,53**	**29,58**	**0,27**	**141,85**	**269,34**	**229,24**	**70,71**	**3,61**
Мясо тушеное в сметанном соусе			90	12,46	12,45	3,32	175,17	2,08	0,02	20	219	124	23,3	0,2
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	69,00	69												
Масло растительное*	4,00	4												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Сметана*	20,00	20												
Мука в/с*	6,00	6												

Соль*	0,30	0,3												
Вода	30,00	30												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Макароны отварные с овощами			150	5,51	3,74	27,3	164,9	4,6	0,1	21,6	24,04	65,44	21,26	1
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516														
Макаронные изделия*	34,00	34												
Горошек зелёный*	15,38	10												
Томатная паста*	9,00	9												
Морковь (очищенная)*	28,00	28												
Лук репчатый (очищенный)*	22,00	22												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	221,00	221												
Компот "Ягодка"			200	0,18	0,11	8,75	39,25	22,9	0,06	100,25	9,8	9,6	7,85	0,35
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №635														
Смесь ягод "Вкус лета"*	25,00	25												
Сахар*	7,00	7												
Вода	180,00	180												
Хлеб пшеничный			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,4	0,45	12,3	62,85		0,05		10,5		14,1	1,7
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Витаминизация 45 (руб)			**50**	**8**	**17**	**2,8**	**196,2**				**256**			
Крекер витаминный			50	8	17	2,8	196,2				256			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Крекер витаминный*	50,00	50												
Итого:				**30,84**	**33,99**	**69,23**	**708,73**	**29,58**	**0,27**	**141,85**	**525,34**	**229,24**	**70,71**	**3,61**

4 день

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 92 (руб)			**600**	**20,3**	**16,11**	**71,57**	**535,26**	**80,39**	**0,52**	**164,37**	**138,03**	**361,74**	**111,31**	**9,88**
Котлета рыбная "Любительская" (горбуша)			100	11,3	7,62	6,5	139,78	2,69	0,18	20,42	41,38	194,77	38,51	1,17
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390														
Горбуша*	104,00	68												
Морковь (очищенная)*	25,00	25												
Хлеб пшеничный*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7												
Молоко цельное*	10,00	10												
Меланж*	7,00	7												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	10,94	7												
Соль*	0,20	0,2												
Масло растительное*	2,00	2												
Подгарнировка: Маринад овощной с томатом			60	0,86	3,58	4,75	54,66	1,6	0,03	19,7	20,6	29,03	16,88	0,38
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78														
Морковь (очищенная)*	40,00	40												
Лук репчатый (очищенный)*	12,00	12												
Томатная паста*	7,00	7												

Масло растительное*	3,50	3,5												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	0,60	0,6												
Соль*	0,20	0,2												
Вода	25,20	25,2												
Картофель отварной			200	4,16	4,45	33,57	190,92	41,1	0,25	1,75	21,75	120,69	47,27	1,86
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №239														
Картофель (очищенный)*	205,50	205,5												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Напиток из плодов шиповника			200	0,85		8,23	36,32	35	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705														
Шиповник*	20,00	20												
Сахар*	7,00	7												
Вода	185,00	185												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	69,28		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Витаминизация 45 (руб)			**25**	**5**	**5**	**64**	**321**				**150**			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				**25,3**	**21,11**	**135,57**	**856,26**	**80,39**	**0,52**	**164,37**	**288,03**	**361,74**	**111,31**	**9,88**

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			**655**	**25,13**	**19,32**	**104,72**	**705,42**	**6,59**	**0,18**	**150**	**198,24**	**379,12**	**66,56**	**7,08**
Омлет натуральный, с маслом сливочным			165	17,66	16,26	19,2	293,78	0,59	0,11	115	125,6	287,82	21,66	3,24
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211														
Меланж*	128,00	128												
Молоко цельное*	45,00	45												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												
Масло сливочное*	5,00	5												
Чай с сахаром			200	0,5		7,1	30,4				0,14			0,02
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376														
Сахар*	7,00	7												
Чай*	2,50	2,5												
Вода	205,00	205												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	69,28		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,4	0,45	12,3	62,85		0,05		10,5		14,1	1,7
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,5	6		35	58	78,3	28	1,9

Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
Пряник"Шоколадный"			40	2,94	2,45	35,2	174,61							
Пряник "Шоколадный"*	49,00	49												
Витаминизация 45 (руб)			**25**	**5**	**5**	**64**	**321**				**150**			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				**30,13**	**24,32**	**168,72**	**1 026,42**	**6,59**	**0,18**	**150**	**348,24**	**379,12**	**66,56**	**7,08**

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			**630**	**18,22**	**16,32**	**80,75**	**542,76**	**17,42**	**0,21**	**166,4**	**438,51**	**401**	**76,05**	**4,02**
Батон с маслом сливочным и сыром			50	6,3	5,6	14,7	134,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103	11,75	0,53
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10														
Сыр*	15,15	15												
Масло сливочное*	10,00	10												
Батон "Молочный"*	25,00	25												
Каша молочная рисовая с маслом сливочным			160	5,3	6,55	19,25	157,15	1,37	0,07	88,65	129,67	141	29,7	0,38
Лечебное питание детей в стационарах №6.3														
Крупа рис круглозерный*	30,00	30												
Молоко цельное*	105,00	105												
Сахар*	3,40	3,4												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,20	0,2												
Кофейный напиток на цельном молоке (4/7/150)			200	4,92	3,87	14	110,51	1,95	0,06	0,03	180,14	135	21	0,11
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689														
Кофейный напиток*	4,00	4												
Молоко цельное*	150,00	150												
Сахар*	7,00	7												
Вода	60,00	60												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		24	96,4	9	0,02	25	24	22	12	3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,6	0.3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Витаминизация 45 (руб)			**25**	**5**	**5**	**64**	**321**				**150**			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				**23,22**	**21,32**	**144,75**	**863,76**	**17,42**	**0,21**	**166,4**	**588,51**	**401**	**76,05**	**4,02**

7 день

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

Завтрак 92 (руб)			500	21,35	18,78	60,28	514,74	64,87	0,26	4,28	79,8	136,5	57,99	2,44
Жаркое с мясом			260	18,02	18,12	29,56	349,76	33,33	0,2	1,75	31,5	116,5	47,59	1,72
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №111														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	88,00	88												
Картофель (очищенный)*	145,00	145												
Лук репчатый (очищенный)*	27,00	27												
Морковь (очищенная)*	27,50	27,5												
Масло растительное*	5,00	5												
Томатная паста*	10,00	10												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	25,00	25												
Лавровый лист*	0,05	0,05												
Зелень (укроп,петрушка)*	0,10	0,1												
Компот "Ягодно-фруктовый микс"			200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	9	7	6	0,5
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11лет)														
Смесь ягод (яблоко, вишня, клубника)*	20,00	20												
Сахар*	7,00	7												
Вода	180,00	180												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	69,28		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Витаминизация 45 (руб)			25	5	5	64	321				150			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				26,35	23,78	124,28	835,74	64,87	0,26	4,28	229,8	136,5	57,99	2,44

8 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			500	19,91	16,49	68,33	501,37	14,9	0,26	209,46	272,76	415,38	63,8	2,95
Чахохбили			110	8,21	3,65	0,35	67,09	13,5	0,07	165,32	15,58	148	23,2	1,54
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493														
Грудка куриная*	103,00	75												
Лук репчатый (очищенный)*	45,00	45												
Томатная паста*	12,00	12												
Мука в/с*	3,00	3												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,30	0,3												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	0,50	0,5												
Вода	20,00	20												
Чеснок сушеный*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Макароны отварные			150	5,2	9,1	30,12	223,18		0,09	44,1	11,18	47,18	8,4	0,85
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516														
Макаронные изделия*	52,50	52,5												

Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Кефир с сахаром			210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2
Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2.Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645,сб 1996г														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Витаминизация 45 (руб)			**50**	**8**	**17**	**2,8**	**196,2**				**256**			
Крекер витаминный			50	8	17	2,8	196,2				256			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Крекер витаминный*	50,00	50												
Итого:			**27,91**	**33,49**	**71,13**	**697,57**	**14,9**	**0,26**	**209,46**	**528,76**	**415,38**	**63,8**	**2,95**	

9 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
								Витамины			Минералы, мг			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			**510**	**22,19**	**16,33**	**72,07**	**524,01**	**211,84**	**0,25**	**265,1**	**159,99**	**300,88**	**72,34**	**10,02**
Котлета "Детская"			90	13,76	10,8	10,99	196,2	0,5	0,06	5,6	12,2	152,39	21,1	2,26
Лечебное питание детей в стационарах №2.6														
Говядина*	66,60	66.6												
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5												
Меланж*	3,00	3												
Хлеб пшеничный*	15,00	15												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	20,40	20,4												
Масса фарша	106,00	106												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	10,94	7												
Масса п/ф	112,00	112												
Масло растительное*	2,00	2												
Сложный гарнир №2			170	3,85	5	19,3	137,6	59,04	0,09	137	96,44	82,24	29,99	0,19
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №553														
Капуста тушеная	100,00	100												
Картофельное пюре	70,00	70												
Напиток из плодов шиповника			200	0,85		12,4	53	152,3	0,02	122,5	38,1	4,25	4,25	6,25
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705														
Шиповник*	15,00	15												
Сахар*	7,00	7												
Вода	185,00	185												
Хлеб пшеничный			25	1,9	0,2	12,15	58		0,03		5	16,25	3,5	0,27
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	25,00	25												
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,83	0,33	17,23	79,21		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Витаминизация 45 (руб)			**25**	**5**	**5**	**64**	**321**				**150**			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														

Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				27,19	21,33	136,07	845,01	211,84	0,25	265,1	309,99	300,88	72,34	10,02

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав: Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Наименование пищевых веществ: Витамины: С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Минералы, мг: Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 92 (руб)			535	21,34	18,86	61,56	501,34	9,3	0,19	334,96	214,14	253,2	91,8	1,84
Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,15	236	192	220	58,3	1,44
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374														
Минтай*	148,28	86												
Морковь (очищенная)*	50,00	50												
Лук репчатый (очищенный)*	50,00	50												
Томатная паста*	10,00	10												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												
Сахар*	0,50	0,5												
Лимонная кислота*	0,05	0,05												
Лавровый лист*	0,07	0,07												
Рис припущенный			150	3,7	7,65	28,2	196,45			3,6	16	3	29,3	0,02
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №305														
Крупа рис пропаренный*	40,00	40												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,40	0,4												
Компот из кураги			200	1,25	0,07	12,3	54,83	5,6		95,36	0,14			0,02
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638														
Курага*	24,00	24												
Сахар*	7,00	7												
Вода	175,00	175												
Вафли "Шоколадные"			35											
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Вафли "Шоколадные"*	13,00	13												
Хлеб пшеничный			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Витаминизация 45 (руб)			25	5	5	64	321				150			
Батончик-мюсли витаминизированный			25	5	5	64	321				150			
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик-мюсли витаминизированный*	25,00	25												
Итого:				26,34	23,86	125,56	822,34	9,3	0,19	334,96	364,14	253,2	91,8	1,84

Главный технолог _____ Полянская О.Н.

Технолог _____ Алхимова К.Н.