

"СОГЛАСОВАНО":
 Директор МБОУ "Гимназия № 47"
 И.А. Бобчик

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор МУП "Комбинат питания"
 Мишкарев А.Б.

"Примерное десятидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ «Гимназия № 47» для возрастной категории от 12 до 18 лет (завтрак) (не менее 20% 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				
Завтрак			610															
Тефтели в соусе			130	10,9	13	7,04	188,76	12	0,24	146,15	24,19	131,7	28,08	1,51				
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г №202																		
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	117,00	117																
Масло растительное*	2,00	2																
Мука в/с*	1,35	1,35																
Морковь*	3,00	3																
Лук репчатый*	2,00	2																
Томатная паста*	3,00	3																
Сахар*	0,30	0,3																
Соль*	0,50	0,5																
Лавровый лист*	0,10	0,1																
Каша гречневая			180	3,6	4,13	36,96	199,41		0,19	23,52	12,1	158,22	109,62	3,63				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №508																		
Крупа гречневая*	60,00	60																
Масло сливочное*	6,00	6																
Соль*	0,40	0,4																
Подгарнировка: Икра свекольная			40	0,95	3,23	5,17	53,55	13,5	0,02	8,56	15,47	24,66	7,6	0,7				
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №9,124																		
Лук репчатый*	7,00	7																
Свёкла*	30,00	30																
Томатная паста*	11,00	11																
Сахар*	0,50	0,5																
Масло растительное*	3,20	3,2																
Лимонная кислота*	0,30	0,3																
Соль*	0,10	0,1																
Кефир с сахаром			210	5,6	6,4	18,19	152,76	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698																		
Кефир*	207,00	200																
Сахар*	10,00	10																
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33				
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15,2																		
Хлеб пшеничный*	30,00	30																
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		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:			24,81	27,26	89,06	700,82	26,9	0,58	178,27	304,36	560,68	188,3	7,17	
			2 день											76(руб)
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			690											
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			50	5,2	7,91	14,7	150,79	4,88	0,04	51,99	68,7	97,5	10,11	0,51
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №10														
	Сыр*	15,15	15											
	Масло сливочное*	5,00	5											
	Хлеб пшеничный*	30,00	30											
Каша молочная пшеничная с курагой, со сливочным маслом			210	8,86	11,7	32,8	271,94	1,1	0,19	117,32	99,9	231,7	85,9	1,6
Сборник рецептов обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-8к-2020(7-11 лет)														
	Крупа пшено*	40,00	40											
	Молоко цельное*	150,00	150											
	Курага*	8,00	8											
	Сахар*	5,00	5											
	Соль*	0,30	0,3											
	Масло сливочное*	10,00	10											
Какао на цельном молоке (130/15/3)			200	4,04	4,85	17,5	129,81	2,02	0,04	22,19	106	132	20,6	0,19
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №693														
	Какао*	3,00	3											
	Молоко цельное*	130,00	130											
	Сахар*	15,00	15											
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9
	Сок(т/п)*	200,00	200											
Хлеб ржано-пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1														
	Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30											
Итого:				20,39	24,86	96,85	682	14	0,33	216,5	342,5	594,4	140,81	5,46
			3 день											76(руб)
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			570											
Котлета "Детская"			120	17,2	15	24,56	302,04	0,42	0,06	6,6	187,2	164,6	21,6	2,4
Лечебное питание детей в стационарах №2.6														
	Говядина*	82,00	82											
	Лук репчатый*	10,00	10											
	Хлеб пшеничный*	20,00	20											
	Яйцо*	3,20	3,2											
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	14,90	9,6											
	Соль*	0,60	0,6											
	Масло растительное*	1,20	1,2											
Рагу овощное			200	3,3	3,6	20,64	128,16	19,07	0,11	233,27	52,47	95,58	39,88	1,53
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №7.36														
	Картофель*	94,00	94											
	Морковь*	26,00	26											
	Капуста*	53,00	53											
	Лук репчатый*	27,00	27											



	Кефир*	207,00	200												
	Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный				40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный				20	1,46	0,26	7,1	36,58		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:				27,59	18,48	92,61	647,12	15,14	0,32	175,96	276,65	459,38	77,64	3,95	
7 день														76(руб)	
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				680											
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным				50	5,2	7,91	14,7	150,79	4,88	0,04	51,99	68,7	97,5	10,11	0,51
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10															
	Сыр*	15,15	15												
	Масло сливочное*	5,00	5												
	Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным				210	6,7	10,8	32,5	254	0,8	0,12	83,52	67,1	178,2	36,9	0,5
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311															
	Крупа рис круглозерный*	40,00	40												
	Сахар*	5,00	5												
	Масло сливочное*	10,00	10												
	Соль*	0,30	0,3												
	Молоко цельное*	150,00	150												
Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/160)				200	4,83	3,9	17,1	122,82	1,95	0,06	19,5	184	135	21	0,31
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689															
	Кофейный напиток*	4,00	4												
	Молоко цельное*	160,00	160												
	Сахар*	10,00	10												
Сок фруктовый т/п				200	0,1		24	96,4	9	0,02	25	24	22	12	3
	Сок(т/п)*	200,00	200												
Хлеб ржано- пшеничный				20	1,46	0,26	7,1	36,58		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:				18,29	22,87	95,4	660,59	16,63	0,28	180,01	350,4	469,3	90,81	5,12	
8 день														76(руб)	
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				570											
Запеканка картофельная с мясом, со сливочным маслом				260	18,45	17,37	35,8	373,33	8,6	0,55	80	232,3	150,2	58,3	2,54
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №210															
	Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	70,00	70												
	Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	36,00	36												
	Картофель*	234,00	234												
	Лук репчатый*	25,00	25												
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	8,30	5												
	Масло растительное*	3,00	3												
	Соль*	0,70	0,7												



Масло сливочное*	10,00	10													
Подгарировка: Маринад овощной с томатом			60	0,72	5,64	4,2	70,44	1,68	0,02	197,76	20,04	25,92	13,56	0,36	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78															
Морковь*	36,00	36													
Лук репчатый*	10,00	10													
Томатная паста*	5,00	5													
Масло растительное*	6,00	6													
Лимонная кислота*	0,10	0,1													
Сахар*	0,60	0,6													
Соль*	0,60	0,6													
Чай фруктовый №14			200	0,3		15	40,8	9,64	0,2	68	8,3	11	7,1	0,87	
Сборник для обр.учрежд..2011г..Могильный №376															
Чай*	2,00	2													
Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	20,00	20													
Сахар*	7,00	7													
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30,00	30													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		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:				23,23	23,51	76,7	590,91		19,92	0,84	345,76	273,24	243,22	93,96	4,9
9 день 76(руб)															
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			580												
Шницель натуральный			100	15,6	20,3	12,5	295,1		0,68	49	100,95	158,35	22,93	1,2	
Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №265															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	96,00	96													
Соль*	0,50	0,5													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	20,31	13													
Яйцо*	6,00	6													
Масло растительное*	1,80	1,8													
Калупа тушеная			200	4,2	4,6	19,88	137,72	33,13	0,06	137,3	109,34	81,63	35,25	1,58	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534															
Калупа*	229,00	229													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Морковь*	5,00	5													
Лук репчатый*	9,00	9													
Томатная паста*	15,00	15													
Мука в/с*	4,00	4													
Сахар*	2,50	2,5													
Соль*	0,40	0,4													
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1													
Компот "Фруктово-ягодный"			200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	9	7	6	0,5	
Сборник рецептов обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11 лет)															
Смесь ягод (смородина, вишня, яблоко)*	30,00	30													
Сахар*	7,00	7													
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	40,00	40													



Хлеб ржано- пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	73,16		0,06		13,2	73,2	21,6	1,68		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*		40,00	40												
Итого:				25,96	25,94	78,22	650,18	64,67	0,86	188,83	240,49	346,18	91,38	5,36	
10 день 76(руб)															
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			575												
Рыба, тушеная в томате с овощами			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,1	253	172,8	220,6	58,3	1,2	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374															
Минтай*		148,28	86												
Морковь*		48,00	48												
Лук репчатый*		48,00	48												
Томатная паста*		6,00	6												
Масло растительное*		3,00	3												
Соль*		0,50	0,5												
Сахар*		0,50	0,5												
Лимонная кислота*		0,05	0,05												
Лавровый лист*		0,01	0,01												
Рис припущенный			180	4,4	7,6	29,02	202,08	1,3	0,05	26	32	99,8	35,28	0,72	
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №909															
Крупа рис пропаренный*		48,00	48,0												
Соль*		0,30	0,3												
Масло сливочное*		5,00	5,0												
Напиток из плодов шиповника			200	0,51		13,45	55,84	330	0,02	147	18	5,1	5,1	7,5	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705															
Шиповник*		30,00	30												
Сахар*		7,00	7												
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		40,00	40												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		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												
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,65	1,05	0,6	
Пастила фруктовая*		15,00	15												
Итого:				23,66	19,18	95,61	649,7	346	0,3	426	240,55	389,75	116,13	11,22	





Документ передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

	Владелец сертификата: организация, сотрудник	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подпись отправителя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ГОРОДА КУРГАНА "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" МИШКАРЕВ АЛЕКСАНДР БОРИСОВИЧ, ДИРЕКТОР	01D53BBE0025AFC9A441EFCFFD9C86A4E6 с 05.10.2022 14:22 по 05.01.2024 14:22 GMT+03:00	31.08.2023 08:23 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа

Ожидается ответная подпись

"СОГЛАСОВАНО":

Директор МБОУ "Гимназия № 47"

И.А. Бобчик

(подпись)

«Гимназия № 47»

Примерное десятидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ «Гимназия № 47» для возрастной категории от 12 до 18 лет (Обед) (не менее 30% суточного рациона)

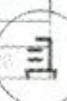
"УТВЕРЖДАЮ":

Директор МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Мишкарев А.Б.

(подпись)

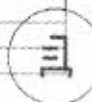
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			830											
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			260	2,7	3,9	19,4	123,5	25,6	0,03	126,2	76,18	40,5	17,17	1,85
Сборник для обр. учрежд., 2011г., Могильный №93														
Крупа рис круглозерный*			5,00	5										
Томатная паста*			5,00	5										
Капуста*			49,80	49,8										
Морковь*			10,00	10										
Лук репчатый*			10,00	10										
Масло растительное*			2,50	2,5										
Соль*			0,40	0,4										
Сметана*			10,00	10										
Лавровый лист*			0,10	0,1										
Каша перловая с овощами и мясом			240	19,96	20,5	39,8	423,54	1,3	0,72	102	184	283,7	48,17	2,07
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №6.42														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*			100,00	100										
Крупа перловая*			47,60	47,6										
Лук репчатый*			23,00	23										
Масло растительное*			3,50	3,5										
Морковь*			18,00	18										
Соль*			0,60	0,6										
Масло сливочное*			10,00	10										
Чеснок сушеный*			0,10	0,1										
Укроп (сушеный)*			0,10	0,1										
Подгарнировка: Маринад овощной с томатом			40	0,4	1,28	1,84	13,84	8,8	0,03	38	5,04	9,36	7,2	0,24
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №9.124														
Морковь*			24,00	24										
Лук репчатый*			6,00	6										
Томатная паста*			3,00	3										
Масло растительное*			4,00	4										
Лимонная кислота*			0,10	0,1										
Сахар*			0,40	0,4										
Соль*			0,40	0,4										
Какао на цельном молоке (200/10/4)			200	6,3	6,9	20,6	169,7	3,1	0,08	26	240,75	195	30,4	0,24
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Какао*			4,00	4										
Молоко цельное*			200,00	200										
Сахар*			10,00	10										
Хлеб ржано-пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06					



Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*		30,00	30												
Хлеб пшеничный				45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05	9	29,25	6,3	0,45	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		45,00	45												
Пастила фруктовая				15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05	3,15	1,65	1,05	0,6	
Пастила фруктовая*		15,00	15												
Итого:					35,12	33,44	134,46	972,64	49,8	1,02	292,2	528,02	614,36	126,49	6,71
2 день 76(руб)															
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			825												
Суп-пюре из картофеля, с сухариками			270	6,9	12,4	48,8	334,4	21,1	0,19	199,9	179,4	140,56	41,9	1,6	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г №57															
Картофель*		90,00	90												
Морковь*		20,00	20												
Лук репчатый*		20,00	20												
Мука в/с*		5,00	5												
Молоко цельное*		38,00	38												
Масло сливочное*		12,00	12												
Соль*		0,50	0,5												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*		31,25	20												
Наггетсы "Детские"			100	16,5	16,5	20,3	295,7	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. №499															
Наггетсы "Детские"(пром-ного пр-ва)*		110,00	110												
Масло растительное*		2,50	2,5												
Капуста тушеная			180	3,8	4,2	19,1	129,4	39,7	0,05	123,6	98,4	72	31,7	1,4	
Сборник для обр.учрежд. 2011г. Могильный №321															
Капуста*		206,30	206,3												
Масло растительное*		3,00	3												
Морковь*		3,60	3,6												
Лук репчатый*		7,20	7,2												
Томатная паста*		3,60	3,6												
Мука в/с*		2,10	2,1												
Сахар*		2,40	2,4												
Соль*		0,50	0,5												
Чай с сахаром и шиповником (2/7/20)			200	1,1	0,1	11,55	51,5	220,2	0,02	98,1	21,9	19,9	11,11	6,64	
Сборник для обр.учрежд. 2011г. Могильный №376															
Чай*		2,00	2												
Шиповник*		20,00	20												
Сахар*		7,00	7												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*		30,00	30												
Хлеб пшеничный				45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05	9	29,25	6,3	0,45	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		45,00	45												
Итого:					33,91	33,96	132,27	970,36	285	0,48	550,6	447,6	386,81	141,01	12,87
3 день 76(руб)															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	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	
Обед			960												
Суп куриный с вермишелью			250	6,3	6,05	27,2	188,45	11,5	0,14	150,4	17,45	78,9	22,4	0,95	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147															
	Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	50,00	50												
	Картофель*	50,00	50												
	Лук репчатый*	10,00	10												
	Морковь*	10,00	10												
	Масло сливочное*	8,00	8												
	Макаронные изделия (паутинка)*	5,00	5												
	Соль*	1,30	1,3												
	Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
	Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Омлет с сыром, со сливочным маслом (5)			235	17,5	20,9	24,36	355,54	2,5	0,17	141,4	299,3	410,6	32,4	3,8	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342															
	Яйцо*	180,00	180												
	Молоко цельное*	63,00	63												
	Масло растительное*	2,00	2												
	Соль*	1,10	1,1												
	Сыр*	20,20	20												
	Масло сливочное*	10,00	10												
Компот из смеси сухофруктов			200	0,6		22,8	93,6	6,6		18,3	60	5	3	0,1	
Сборник рецептов обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-7хн-2020 (7-11 лет)															
	Сухофрукты*	25,00	25												
	Сахар*	7,00	7												
Хлеб пшеничный			45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05		9	29,25	6,3	0,45	
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	45,00	45												
Хлеб ржано-пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26	
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		25	58	78,3	28	1,9	
	Сок(т/п)*	200,00	200												
Итого:				30,11	27,71	128,08	871,45	26,6	0,42	335,1	453,65	656,95	108,3	8,46	
4 день														76(руб)	
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			835												
Борщ Сибирский, со сметаной			255	1,92	3,8	18,13	114,4	18,68	0,05	200,38	57,58	51,79	22,34	1,12	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111															
	Свёкла*	40,00	40												
	Капуста*	20,00	20												
	Картофель*	15,00	15												
	Морковь*	10,00	10												
	Лук репчатый*	10,00	10												
	Томатная паста*	3,00	3												
	Масло растительное*	3,00	3												
	Фасоль консервированная*	16,67	10												
	Соль*	1,00	1												
	Сметана*	5,00	5												
	Лавровый лист*	0,10	0,1												



Гуляш			100	12,7	12,4	13,4	216	2,11	0,51	12	28,7	139,4	21,2	1,4	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г №180															
Гуляш из свинины (пром-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	6,23	7,7	40,07	254,5		0,11	52,92	15,22	58,83	10,14	1,01	
Лечебное питание детей в стационарах №8.1															
Макаронные изделия*	63,00	63													
Масло сливочное*	8,00	8													
Соль*	1,00	1													
Кефир с сахаром			210	5,6	6,4	18,19	152,76	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698															
Кефир*	207,00	200													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30													
Хлеб пшеничный			45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05		9	29,25	6,3	0,45	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	45,00	45													
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,65	1,05	0,6	
Пастила фруктовая*	15,00	15													
Итого:				32,21	31,16	142,61	979,72	33,19	0,89	265,34	363,55	625,82	105,23	6,04	
5 день															
76(руб)															
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			1 010												
Рассольник ленинградский, со сметаной			255	6,3	4,08	17,9	133,52	16,7	0,11	122,53	24,7	75,03	26,2	0,97	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г №42															
Картофель*	75,00	75													
Крупа перловая*	5,00	5													
Морковь*	10,00	10													
Лук репчатый*	5,00	5													
Огурцы консервированные (соленые)*	27,30	15													
Масло растительное*	5,00	5													
Соль*	0,40	0,4													
Сметана*	5,00	5													
Лавровый лист*	0,10	0,1													
Поджарка из рыбы			100	11,72	5,5	8,3	129,58	2,5	0,13	8	97,9	297,6	68,2	1,2	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №379															
Минтай*	224,10	130													
Мука в/с*	7,80	7,8													
Лук репчатый*	40,00	40													
Масло сливочное*	2,00	2													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	1,00	1													
Картофель "Гратен"			180	8,4	18,3	32,97	330,18	30,2	0,28	220,16	119,4	203,06	103,00	1,01	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №259															



Картофель*	144,00	144																	
Морковь*	30,00	30																	
Лук репчатый*	18,00	18																	
Масло сливочное*	10,00	10																	
Масло растительное*	3,00	3																	
Молоко цельное*	96,00	96																	
Мука в/с*	3,60	3,6																	
Соль*	0,60	0,6																	
Чеснок сушеный*	0,10	0,1																	
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1																	
Сыр*	25,25	25																	

Кофейный напиток на цельном молоке (6/15/200) 200 6,54 5,2 24,5 170,96 2,6 0,08 26 240 180 28 0,52
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689

Кофейный напиток*	6,00	6																	
Молоко цельное*	200,00	200																	
Сахар*	15,00	15																	

Хлеб пшеничный 45 3,42 0,36 21,87 104,4 0,05 9 29,25 6,3 0,45
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2

Хлеб пшеничный*	45,00	45																	
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Хлеб ржано-пшеничный 30 2,19 0,4 10,65 54,96 0,06 9,9 54,9 16,2 1,26
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 25 58 78,3 28 1,9
Сок(т/п)* 200,00 200

Итого: 38,67 33,84 137,39 998,1 58 0,71 401,69 661,02 928,8 221,39 7,61
6 день 76(руб)

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			810																
Суп из овощей, со сметаной			255	3,7	6,09	11,9	117,21	26,43	0,08	124,6	59,9	58,11	23,6	0,84					

Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №99																			
Капуста*	20,00	20																	
Картофель*	50,00	50																	
Морковь*	10,00	10																	
Лук репчатый*	10,00	10																	
Горошек зелёный*	12,31	8																	
Масло растительное*	3,00	3																	
Соль*	0,30	0,3																	
Сметана*	5,00	5																	
Лавровый лист*	0,10	0,1																	

Жаркое с мясом 250 19,34 26,19 47,3 502,27 12,7 0,87 148,1 241,8 261,4 61,7 2,6
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. №111

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	77,80	77,8																	
Картофель*	133,30	133,3																	
Лук репчатый*	27,80	27,8																	
Морковь*	22,20	22,2																	
Масло растительное*	3,30	3,3																	
Томатная паста*	4,40	4,4																	
Масло сливочное*	11,10	11,1																	
Соль*	0,60	0,6																	
Лавровый лист*	0,10	0,1																	

Компот из кураги 200 1,14 19,9 84,16 0,88 0,02 77
Передан через Диалог 31.08.2015 06:23 СМТ-03.00
58.2 0450960-0015-4315-6055-4203-16813
Страница 4 из 6



Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638														
Курага*	22,00	22												
Сахар*	7,00	7												
Хлеб ржано- пшеничный			40	2,92	0,52	14,2	73,16		0,06		13,2	73,2	21,6	1,68
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	40,00	40												
Хлеб пшеничный			50	3,8	0,4	24,3	116		0,06		10	32,5	7	0,5
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	50,00	50												
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,65	1,05	0,6
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Пастила фруктовая*	15,00	15												
Итого:				31,05	33,3	137,9	975,5	51,01	1,14	349,7	396,25	458,98	138,05	6,92

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													76(руб)	
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			815											
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №82														
Свёкла*	40,00	40												
Капуста*	20,00	20												
Картофель*	20,00	20												
Морковь*	10,00	10												
Лук репчатый*	10,00	10												
Томатная паста*	3,00	3												
Масло растительное*	3,00	3												
Сахар*	2,00	2												
Соль*	1,00	1												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Котлета куриная			120	16,08	17,29	19,12	296,41	12	0,17	89,33	185,33	158,66	44	0,53
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
Котлета куриная(пром. пр-ва)*	133,30	133,3												
Масло растительное*	2,00	2												
Пюре из бобовых			180	20,35	8,36	39,9	316,24		0,79	38,7	104,8	202,2	77,6	6,2
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №199														
Крупа горох*	88,20	88,2												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,60	0,6												
Чай фруктовый №16			200	0,3		15	40,8	9,64	0,2	68	8,3	11	7,1	0,87
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376														
Чай*	2,00	2												
Смородина чёрная (замороженная)*	10,00	10												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Итого:				43,22	31,49	116,03	900,01	40,82	1,3	321,53	357,73	498,15	171,26	10,27

8 день

045с0960-0а18-4ф19-б093-с5ад31фсц7 (101)

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			820													
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			255	3,1	5,8	20,27	145,68	30,74	0,06	146,29	40,87	49,45	30,94	0,78		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124																
Капуста*	50,00	50														
Картофель*	30,00	30														
Морковь*	10,00	10														
Лук репчатый*	10,00	10														
Томатная паста*	1,00	1														
Масло растительное*	2,50	2,5														
Соль*	0,50	0,5														
Сметана*	5,00	5														
Лавровый лист*	0,10	0,1														
Гречетто с мясом			230	20,3	19,7	43,7	433,3	1,61	0,43	112	42,24	291,13	121,22	4,37		
Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №265																
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	94,00	94														
Крупа гречневая*	56,60	56,6														
Масло растительное*	2,50	2,5														
Лук репчатый*	7,00	7														
Морковь*	10,00	10														
Томатная паста*	4,00	4														
Соль*	1,00	1														
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1														
Подгариновка: Икра свекольная			40	0,95	3,23	5,17	53,55	13,5	0,02	8,56	15,47	24,66	7,6	0,7		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124																
Лук репчатый*	7,00	7														
Свёкла*	30,00	30														
Томатная паста*	11,00	11														
Сахар*	0,50	0,5														
Масло растительное*	3,20	3,2														
Лимонная кислота*	0,30	0,3														
Соль*	0,10	0,1														
Кефир с сахаром			210	5,6	6,4	18,19	152,76	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698																
Кефир*	207,00	200														
Сахар*	10,00	10														
Хлеб пшеничный			45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05		9	29,25	6,3	0,45		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																
Хлеб пшеничный*	45,00	45														
Хлеб ржано-пшеничный			40	2,92	0,52	14,2	73,16		0,06		13,2	73,2	21,6	1,68		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																
Хлеб-ржано-пшеничный*	40,00	40														
Итого:				36,29	36,01	123,4	962,85	47,25	0,68	266,89	360,78	657,69	215,66	8,18		
9 день 76(руб)																
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			1 065													
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			270	7,1	3,9	28,7	178,3	6,3	0,22	138,8	Передан	Нерез	Дискор	В0,06	2023	0625-GMT-203.001
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь.2008г №45																



Крупа горох*	15,00	15												
Картофель*	45,00	45												
Морковь*	10,00	10												
Лук репчатый*	10,00	10												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,50	0,5												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,20	20												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Рыба, запеченная "Солнышко" (минтай)			140	19,2	16,04	5,44	242,92	9,38	0,12	74,2	149,23	290,64	53,04	0,6
Сборник тех. нормативов. Под ред. П.С.Корова. Пермь.2008г №170														
Минтай*	236,20	137												
Мука в/с*	7,00	7												
Масло растительное*	3,00	3												
Яйцо*	20,00	20												
Молоко цельное*	20,00	20												
Соль*	0,40	0,4												
Картофельное пюре			180	4,04	7,3	21,49	167,82	12,5	0,19	39,12	85,52	123,12	36	1,43
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128														
Картофель*	154,00	154												
Молоко цельное*	36,00	36												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	1,00	1												
Чай с сахаром и шиповником(1)			200	1,14	0,3	16,97	75,14	220	0,01	98	12,2	3,4	3,4	4,76
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376														
Сахар*	15,00	15												
Чай*	2,00	2												
Шиповник*	20,00	20												
Хлеб пшеничный			45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05		9	29,25	6,3	0,45
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,2														
Хлеб пшеничный*	45,00	45												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Сок фруктовый т/л			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9
Сок(т/л)*														
Сок(т/л)*	200,00	200												
Итого:				37,19	28,3	126,32	898,04	254,18	0,65	375,16	360,91	689,69	179,36	12,35
10 день 76(руб)														
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			835					С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			270	5,8	7,5	31,44	216,46	17,05	0,12	310,56	208,4	106	32,15	1,16
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №168														
Капуста*	20,00	20												
Картофель*	20,00	20												
Морковь*	30,00	30												
Лук репчатый*	10,00	10												
Мука в/с*	5,00	5												
Масло сливочное*	12,00	12												
Молоко цельное*	45,00	45												
Соль*	0,50	0,5												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Лавровый лист*	0,10	0,1												

Мясо тушеное в сметанном соусе			100	12,6	17,1	12,2	253,1	4,1	0,52	14	21,23	138,3	20,44	1,28
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	73,00	73												
Масло растительное*	2,00	2												
Лук репчатый*	20,00	20												
Сметана*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Макароны отварные			180	6,23	7,7	40,07	254,5		0,11	52,92	15,22	58,83	10,14	1,01
Лечебное питание детей в стационарах №8.1														
Макаронные изделия*	63,00	63												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	1,00	1												
Кефир с сахаром			210	5,6	6,4	18,19	152,76	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			45	3,42	0,36	21,87	104,4		0,05		9	29,25	6,3	0,45
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	45,00	45												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Итого:				35,84	39,46	134,42	1 036,18	22,55	0,92	377,52	503,75	577,28	113,23	5,36

Идентификатор документа 045c0960-0a18-4d19-b0f3-c54d3f6c13

Документ передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»



Подпись отправителя:



Владелец сертификата: организация, сотрудник

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ГОРОДА КУРГАНА
"КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"
МИШКАРЕВ АЛЕКСАНДР БОРИСОВИЧ, ДИРЕКТОР

Сертификат, серийный номер, период действия

01D6338E0025AFC9A441EFCEFD9C86A4E5
с 05.10.2022 14:22 по 05.01.2024 14:22 GMT+03:00

Дата и время подписания:

31.08.2023 08:23 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа

Ожидается ответная подпись