

"СОГЛАСОВАНО":

Директор МБОУ "Гимназия № 47"

И.А. Бобчик

"УТВЕРЖДАЮ":

Директор МУП "Комбинат питания"

Мишкарев А.Б.

(подпись)

"Примерное десятидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ «Гимназия № 47» для возрастной категории от 6,5¹ до 11 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							86 (руб)	
			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			500													
Тефтели в соусе			120	10,1	12	6,5	174,4	11,13	0,22	116,6	22,19	121,55	26,26	1,4		
Сборник рецептов 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*	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*	0,02	0,02														
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02														
Каша гречневая			150	3,02	2	33,3	163,28		0,16	19,6	10,08	131,85	91,35	3,02		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №508																
Крупа гречневая*	50,00	50														
Масло сливочное*	3,00	3														
Соль*	0,30	0,3														
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			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																
Хлеб пшеничный*	20,00	20														
Итого:				20,25	20,56	67,71	536,88	12,53	0,46	136,24	276,27	456,4	148,41	4,84		
2 день																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							86 (руб)	
			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			685													
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			55	6,3	11,6	14,7	188,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103,5	11,75	0,53		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10																
Сыр*	15,15	15														
Масло сливочное*	10,00	10														
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	65,9	1,6	
Сборник рецептур 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 (140/7/2)			200	5,4	5,6	15,7	134,8	2,34	0,04	23,4	116,5	172	26,8	0,2	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693															
Какао*	2,00	2													
Молоко цельное*	140,00	140													
Сахар*	7,00	7													
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			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:				22,12	29,16	91,5	706,22	14,54	0,31	218,44	350,4	622,1	143,25	5,03	
3 день															
86 (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			510												
Котлета "Детская"			100	14,4	12,5	18,8	245,3	0,35	0,05	5,5	156	137,2	18	2	
Лечебное питание детей в стационарах №2.6															
Говядина*	68,00	68													
Лук репчатый*	9,00	9													
Хлеб пшеничный*	17,00	17													
Яйцо*	3,00	3													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,50	8													
Соль*	0,50	0,5													
Масло растительное*	1,00	1													
Рагу овощное			170	2,8	3,1	21,8	126,3	12,21	0,1	198,28	44,6	81,25	33,9	1,3	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №541															
Картофель*	80,00	80													
Морковь*	24,00	24													
Калуста*	46,00	46													
Лук репчатый*	24,00	24													
Томатная паста*	4,00	4													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Мука в/с*	2,00	2													
Соль*	0,30	0,3													
Лавровый лист*	0,01	0,01													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1													
Компот "Ягодка"			200	0,22	0,08	9,97	41,48	22,84	0,06	1,91	9,4	6,8	6,16	0,26	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №635															
Смесь ягод (вишня, смородина черная, клубника)*	25,00	25													
Сахар*	7,00	7													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		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	1,46	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:			20,41	16,1	67,39	496,1	35,4	0,27	205,69	220,6	274,85	71,66	4,58		
4 день													86 (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			612												
Фишболы в сметанном соусе			140	8,4	11,4	9,3	173,4	1,9	0,1	66,5	124,1	240,2	49,1	1,5	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. 2004 г. №394															
Минтай*		120,69	70												
Крупа рис круглозерный*		3,00	3												
Хлеб пшеничный*		10,00	10												
Молоко цельное*		20,00	20												
Лук репчатый*		14,00	14												
Яйцо*		9,00	9												
Мука в/с*		9,00	9												
Соль*		0,30	0,3												
Масло растительное*		2,00	2												
Сметана*		20,00	20												
Масло сливочное*		2,00	2												
Мука в/с*		3,00	3												
Соль*		0,30	0,3												
Петрушка (сушеная)*		0,10	0,1												
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												
Напиток из плодов шиповника			200	0,85		12,4	53	275	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705															
Шиповник*		25,00	25												
Сахар*		7,00	7												
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			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												
Пряник			47	2,9	0,94	36,24	165,02		0,04		5,17	23,5		0,33	
Пряник(пром.пр-во)*		47,00	47												
Итого:			19,55	20,1	98,68	653,82	289,4	0,42	228,12	241,39	443,92	103,65	10,58		
5 день													86 (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			500												
Омлет натуральный, со сливочным маслом			235	15,63	16,09	14,16	263,97	0,45	0,11	236,15	90,49	388,78	27,9	4,05	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №340															
Яйцо*		180,00	180												



Молоко цельное*	68,00	68												
Масло сливочное*	10,00	10												
Масло растительное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,85	1,05	0,6
Пастила фруктовая*	15,00	15												
Чай с сахаром и молоком			200	3,22	2,6	11,72	83,16	1,5	0,04	13	129,9	106,5	22,8	1,66
Сборник рецептов обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-бги-2020(7-11 лет)														
Чай*	2,00	2												
Молоко цельное*	75,00	75												
Сахар*	7,00	7												
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	8,88	45,81		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												
Итого:				22,73	19,32	67,21	533,64	12,95	0,28	249,15	236,78	538,93	68,75	7,63

6 день

86 (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			500												
Чахохбили			90	10,6	3,1	7,1	98,7	11,4	0,06	118	5,3	134,5	21	1,4	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493															
Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	58,00	58													
Лук репчатый*	42,00	42													
Томатная паста*	15,00	15													
Мука в/с*	2,00	2													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	0,30	0,3													
Лимонная кислота*	0,10	0,1													
Сахар*	0,50	0,5													
Чеснок сушеный*	0,05	0,05													
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05													
Макароны отварные			150	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,1	10,3	42,7	7,6	0,77	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516															
Макаронные изделия*	52,50	53													
Масло сливочное*	12,00	12													
Соль*	0,50	0,5													
Кефир с сахаром			215	5,6	6,4	23,19	172,76	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*	15,00	15													
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			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:				24,76	19,06	82,94	602,34	12,8	0,26	162,14	287,2	420,05	79,9	3,44	

7 день

Получено через Диндиз 31.08.2023 08:51 СМТ-03.00

88259004-0905-4e5c-a902-76a9e0497186

Страница 1 из 7



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			685													
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			55	6,3	11,6	14,7	188,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103,5	11,75	0,53		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10																
	Сыр*	15,15	15													
	Масло сливочное*	10,00	10													
	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:				19,39	26,56	95,4	698,2	16,85	0,28	180,74	351,1	475,3	92,45	5,14		
8 день 86 (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			500													
Запеканка картофельная с мясом, со сливочным маслом			190	16,7	15,05	30,3	323,45	6,16	0,5	70	181,7	135,9	52,8	2,3		
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №210																
	Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	50,00	50													
	Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	26,00	26													
	Лук репчатый*	18,00	18													
	Масло сливочное*	10,00	10													
	Картофель*	168,00	168													
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	5,62	3,6													
	Масло растительное*	3,00	3													
	Соль*	0,50	0,5													
Подгарнировка: Маринад овощной с томатом			60	0,72	5,64	4,2	70,44	1,88	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													
Компот "Ягодный коктейль"			200	0,2	0,2	11,2	47,4	12,6		10,4						



Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №631													
Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	24,00	24											
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:			21,38	21,39	67,4	547,63	20,44	0,59	278,16	220,38	222,12	82,56	4,09
9 день													
86 (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			555											
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												
Капуста 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														
Капуста*	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 (7-11лет)													
Смесь ягод (смородина, вишня, яблоко)*	30,00	30											
Сахар*	10,00	10											
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		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:			24,09	25,7	67,38	597,18	64,67	0,85	188,83	234,19	318,13	83,88	4,81

10 день														
86 (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			530											
Рыба, тушеная в томате с овощами			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,1	193	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			150	3,7	6,4	24,2	169,2	1,1	0,04	96	16	83,2	29,4	0,6
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №909														
Крупа рис пропаренный*	40,00	40,0												
Масло сливочное*	7,00	7												
Соль*	0,50	0,5												
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			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			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:				21,82	17,86	83,5	582,02	345,8	0,28	436	221,55	363,4	108,15	10,97

Идентификатор документа 86253004-09b5-4e5c-a902-76e39e0497b1

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

Подпись отправителя



Владелец сертификата, организация, сотрудник

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

Сертификат, серийный номер, период действия

01D638BE0025AFC9A441EFC6FD5C86A4E6
с 05.10.2023 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



"СОГЛАСОВАНО":

Директор МБОУ "Гимназия № 47"

И.А. Бобчик

"УТВЕРЖДАЮ":

Директор МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Мишкарев А.Б.

(подпись)

Примерное десятидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ «Гимназия № 47» для возрастной категории от 6,5 до 11 лет (Обед) (не менее 30% суточного рациона)

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							86(руб)	
			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			700													
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			205	2,12	3,1	17,4	105,98	20,2	0,02	102,65	63,26	31,94	13,54	1,46		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №128																
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*	0,02	0,02														
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02														
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02														
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														
Компот из кураги			200	1,14		19,9	84,16	0,88	0,02	77	68,2	32,12	23,1	0,7		
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			25	1,83	0,33	8,88	45,81		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														
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														
Итого:				27,35	24,17	100,58	729,25	22,38	0,84	281,69						

2 день

Муниципальное предприятие "Комбинат питания" г. Кургана

Итого: 281,69 руб.

Страница 1 из 3

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			700													
Суп-пюре из картофеля, с сухариками			220	5,63	10,1	43,8	288,62	15,2	0,16	144,4	157,6	124,52	34,18	1,31		
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №171																
	Картофель*	72,00	72													
	Морковь*	16,00	16													
	Лук репчатый*	16,00	16													
	Мука в/с*	4,00	4													
	Молоко цельное*	30,00	30													
	Масло сливочное*	6,00	6													
	Соль*	0,40	0,4													
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													
	Лавровый лист*	0,02	0,02													
Наггетсы "Детские"			100	16,5	16,5	20,3	295,7	4	0,11	129	129	70,2	33,8	1,52		
Сборник рецептур 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			150	3,2	3,5	18,8	119,5	12	0,05	103	82	60	26,4	1,18		
Сборник для обр. учрежд. 2011г. Могильный №321																
	Капуста*	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*	3,00	3													
	Соль*	0,70	0,7													
Чай с сахаром			200	0,2	0,05	7,03	29,37	0,1		0,05	4,95	8,24	4,4	0,82		
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №685																
	Сахар*	7,00	7													
	Чай*	3,00	3													
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:				27,72	30,55	100,58	788,15	31,3	0,38	376,45	383,45	317,86	114,98	6,09		
3 день 86 (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			700													
Суп куриный с вермишелью			200	5,02	4,84	25,77	166,72	9,2	0,09	120,32	13,96	63,12	17,93	0,76		
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147																
	Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	15,00	15													
	Картофель*	40,00	40													
	Лук репчатый*	8,00	8													
	Морковь*	8,00	8													
	Масло сливочное*	4,00	4													
	Макаронные изделия (паутинка)*	4,00	4													
	Соль*	1,00	1													
	Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													



Масло сливочное*	12,00	12																
Соль*	0,50	0,5																
Кефир с сахаром			235	6,2	7,04	24,01	184,2	1,54	0,07	0,05	264	209*	30,8	0,22				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698																		
Кефир*	227,70	220																
Сахар*	15,00	15																
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																
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22				
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2																		
Хлеб пшеничный*	20,00	20																
Итого:				27,43	30,85	100,91	791,01	18,46	0,72	204,17	333,24	468,44	89,06	4,01				

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			700															
Рассольник ленинградский			200	5,1	3,28	14,39	107,48	13,42	0,09	98,51	19,9	60,32	21,08	0,78				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №132																		
Картофель*	60,00	60																
Крупа перловая*	4,00	4																
Морковь*	8,00	8																
Лук репчатый*	4,00	4																
Огурцы консервированные (соленые)*	21,82	12																
Масло растительное*	2,00	2																
Соль*	0,30	0,3																
Лавровый лист*	0,02	0,02																
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02																
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02																
Поджарка из рыбы			90	9,55	4,95	7,47	112,63	2,25	0,12	7,2	88,11	267,84	61,38	1,08				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №379																		
Минтай*	201,72	117																
Мука в/с*	7,00	7																
Лук репчатый*	36,00	36																
Масло сливочное*	3,00	3																
Масло растительное*	3,00	3																
Соль*	0,90	0,9																
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1																
Картофель "Гратен"			150	7	16,11	31,31	298,23	25,18	0,26	180,8	184,6	178,1	40,41	1,26				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №259																		
Картофель*	120,00	120																
Морковь*	25,00	25																
Лук репчатый*	15,00	15																
Масло сливочное*	2,00	2																
Масло растительное*	2,50	2,5																
Молоко цельное*	80,00	80																
Мука в/с*	3,00	3																
Соль*	0,50	0,5																
Чеснок сушеный*	0,07	0,07																
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1																
Сыр*	10,10	10																
Сок фруктовый разливной			200			21,56	88	9,8	0,06									

Печатаю через Дедюк 31.08.2025 08:23 GMT+03:00
2:09А:0420-84714854-8885-6-6-108660330



Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
Сок(разливной)*		200,00	200												
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:					26,15	24,92	101,27	735,72	50,65	0,61	286,51	330,21	584,46	145,37	4,62

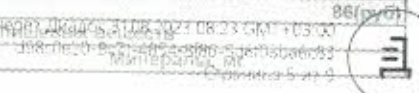
6 день 86(руб)

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			700												
Суп из овощей, со сметаной			205	2,98	4,9	9,6	94,42	21,25	0,07	100,15	28,06	46,72	19,02	0,68	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №135															
Капуста*		25,00	25												
Картофель*		40,00	40												
Морковь*		8,00	8												
Лук репчатый*		8,00	8												
Горошек зелёный*		9,23	6												
Масло растительное*		2,00	2												
Соль*		0,30	0,3												
Сметана*		5,00	5												
Лавровый лист*		0,02	0,02												
Укроп (сушёный)*		0,02	0,02												
Петрушка (сушёная)*		0,02	0,02												
Жаркое с мясом			230	17,8	24,1	43,57	462,38	11,7	0,8	136,2	217,5	240,5	56,8	2,4	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. №111															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*		91,00	91												
Картофель*		113,00	113												
Лук репчатый*		28,00	28												
Морковь*		23,00	23												
Масло растительное*		2,00	2												
Томатная паста*		5,00	5												
Масло сливочное*		5,00	5												
Соль*		0,60	0,6												
Лавровый лист*		0,05	0,05												
Укроп (сушёный)*		0,10	0,1												
Компот из кураги			200	1,14		19,9	84,16	0,88	0,02	77	68,2	32,12	23,1	0,7	
Сборник рецептур 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			25	1,83	0,33	8,88	45,81		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												
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
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												
Итого:					26,79	29,65	101,39	779,57	33,83	0,98	313,35	330,01	391,09	118,02	5,23

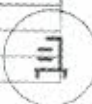
7 день 86(руб)

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
Итого:				26,79	29,65	101,39	779,57	33,83	0,98	313,35	330,01	391,09	118,02	5,23

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



			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед			700											
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			205	1,6	4,16	13,48	84,8	15,42	0,04	114,89	49,48	41,72	17,84	0,87
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №110														
	Свёкла*	32,00	32											
	Капуста*	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											
	Лимонная кислота*	0,10	0,1											
	Сахар*	4,00	4											
	Соль*	0,30	0,3											
	Сметана*	5,00	5											
	Лавровый лист*	0,02	0,02											
	Укроп (сушеный)*	0,05	0,05											
	Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05											
Котлета куриная			90	14,31	12,97	14,34	217,38	9	0,13	67	157	119	33	0,4
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
	Котлета куриная(пром. пр-ва)*	100,00	100											
	Масло растительное*	2,50	2,5											
Пюре из бобовых			150	16,96	6,97	37,44	280,33		0,66	32,26	87,34	168,51	64,72	5,17
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №199														
	Крупа горох*	73,50	73,5											
	Масло сливочное*	10,00	10											
	Соль*	0,50	0,5											
Сок фруктовый разливной			200			21,56	88	9,8	0,06		23	15,6	6,1	0,3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
	Сок(разливной)*	200,00	200											
Хлеб пшеничный			35	2,66	0,28	17,01	81,2		0,04		7	22,75	4,9	0,38
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
	Хлеб пшеничный*	35,00	35											
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:				36,99	24,64	110,93	788,29	34,22	0,97	214,15	330,42	404,18	137,36	7,92
8 день 86(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			710											
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			205	2,5	4,7	16,3	117,5	24,72	0,05	101,73	32,86	39,76	24,88	0,63
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124														
	Капуста*	40,00	40											
	Картофель*	24,00	24											
	Морковь*	8,00	8											
	Лук репчатый*	8,00	8											
	Томатная паста*	2,00	2											
	Масло растительное*	2,00	2											
	Сметана*	5,00	5											
	Соль*	0,30	0,3											
	Лавровый лист*	0,02	0,02											



Соль*	0,30	0,3													
Напиток фруктовый "Изюминка"			200	0,36		20,2	82,24			0,03		16	25,8	8,4	0,6
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638															
Изюм*	20,00	20													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44			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	1,46	0,26	7,1	36,58			0,04		16,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
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:				29,18	23,72	111,17	764,18	28,46	0,48	210,32	331,17	569,4	154,27	6,6	

10 день

86(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			700												
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			220	4,75	6,95	25,62	184,03	13,19	0,1	273,94	169,8	86,36	26,2	0,92	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168															
Морковь*	24,00	24													
Капуста*	16,00	16													
Картофель*	18,00	18													
Лук репчатый*	8,00	8													
Мука в/с*	4,00	4													
Масло сливочное*	8,00	8													
Молоко цельное*	30,00	30													
Соль*	0,30	0,3													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Мясо тушеное в сметанном соусе			90	11,42	16,92	11,3	243,16	3,81	0,47	12,6	19,11	124,51	18,4	0,91	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	59,00	59													
Масло растительное*	3,00	3													
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			150	5,2	9,1	33,4	236,3			0,07	44,11	10,3	42,7	7,6	0,77
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516															
Макаронные изделия*	52,50	52,5													
Масло сливочное*	12,00	12													
Соль*	0,50	0,5													
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 рецептур 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													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44			0,02					
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															

Хлеб пшеничный*	20,00	20												
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:			28,4	38,24	104,64	876,32	19,02	0,74	352,84	315,81	435,17	86,4	3,81	

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

Идентификатор документа: 0580e20-8c71-4854-8186-5d6f08bacc93



Подпись отправителя



Владелец сертификата, организация, сотрудник

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

Сертификат, серийный номер, период действия

0106388E0025AFC9A441EFC6FD9C86A466
с 05.10.2022 14:22 по 05.01.2024 14:22 GMT+03:00

Дата и время подписания

31.08.2023 06:23 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа

Ожидается ответная подпись