

СОГЛАСОВАНО

Руководитель Заказчика

(подпись)

Приложение № 2 к Техническому заданию

УТВЕРЖДАЮ

Врио генерального  
директора АО  
"Комбинат питания"

(подпись)

Кузнецова Людмила Владимировна

## Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательном учреждении с 7 до 11 лет (обед, не менее 30% суточного рациона).

1 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	
<b>Обед</b>			<b>705</b>	<b>27,45</b>	<b>24,19</b>	<b>90,99</b>	<b>691,47</b>	<b>23,4</b>	<b>0,41</b>	<b>210,15</b>	<b>323,14</b>	<b>341,3</b>	<b>60,94</b>	<b>4,79</b>	
<b>Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной</b>			205	2,12	3,1	17,4	105,98	20,2	0,02	102,65	163	81	13,54	1,46	
Сборник рецептур 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 (очищенная)*	40,00	40													
Морковь (очищенная)*	8,00	8													
Лук репчатый (очищенный)*	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													
Вода	180,00	180													
<b>Каша перловая с овощами и мясом</b>			240	19,5	20,33	29,53	379,09	3,2	0,3	3,5	143,5	230,1	29,1	1,25	
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №6.42															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	90,00	90													
Крупа перловая*	47,60	47,6													
Вода	116,70	116,7													
Лук репчатый (очищенный)*	23,00	23													
Масло растительное*	3,50	3,5													
Морковь (очищенная)*	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													
<b>Компот из кураги</b>			200	1,14	0,07	17	73,19			104	0,14			0,02	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638															
Курага*	22,00	22													
Сахар*	7,00	7													
Вода	175,00	175													
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>			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													
<b>Хлеб пшеничный</b>			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04						



Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		30,00	30												
<b>Итого:</b>				<b>27,45</b>	<b>24,19</b>	<b>90,99</b>	<b>691,47</b>	<b>23,4</b>	<b>0,41</b>	<b>210,15</b>	<b>323,14</b>	<b>341,3</b>	<b>60,94</b>	<b>4,79</b>	
2 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	
<b>Обед</b>				<b>700</b>	<b>29,36</b>	<b>28,51</b>	<b>69,54</b>	<b>652,39</b>	<b>102,33</b>	<b>0,48</b>	<b>345,85</b>	<b>464,99</b>	<b>404,71</b>	<b>139,58</b>	<b>5,56</b>
<b>Суп-пюре из картофеля, с сухариками</b>				220	2,3	4,3	13	99,9	17,58	0,18	144,4		40	34,18	1,94
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №171															
Картофель (очищенный)*		72,00	72												
Морковь (очищенная)*		16,00	16												
Лук репчатый (очищенный)*		16,00	16												
Мука в/с*		4,00	4												
Молоко цельное*		60,00	60												
Масло сливочное*		8,00	8												
Вода		120,00	120												
Соль*		0,30	0,3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*		31,25	20												
Лавровый лист*		0,02	0,02												
<b>Наггетсы "Детские"</b>				100	15,26	15,23	16,23	263,03	4	0,11	86,25	129	126,2	33,8	1,52
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499															
Наггетсы "Детские"*		110,00	110												
Масло растительное*		2,50	2,5												
<b>Капуста тушеная</b>				150	3,6	3,23	14,36	101,11	78,15	0,06	71,2	85,29	58,51	29,5	0,25
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №321															
Капуста (очищенная)*		172,00	172												
Масло растительное*		3,00	3												
Морковь (очищенная)*		3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*		6,00	6												
Томатная паста*		3,00	3												
Мука в/с*		3,00	3												
Сахар*		3,00	3												
Соль*		0,30	0,3												
<b>Чай на молоке с сахаром</b>				200	5,8	5,3	13,65	125,5	2,6	0,08	44	240,2	180	28	0,15
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-6ги-2020(7-11 лет)															
Чай*		3,00	3												
Молоко цельное*		200,00	200												
Сахар*		10,00	10												
Вода		30,00	30												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>				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												
<b>Итого:</b>				<b>29,36</b>	<b>28,51</b>	<b>69,54</b>	<b>652,39</b>	<b>102,33</b>	<b>0,48</b>	<b>345,85</b>	<b>464,99</b>	<b>404,71</b>	<b>139,58</b>	<b>5,56</b>	
3 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	
<b>Обед</b>				<b>710</b>	<b>27,71</b>	<b>23,83</b>	<b>87,98</b>	<b>677,23</b>	<b>38,67</b>	<b>0,47</b>	<b>326,59</b>	<b>464,99</b>	<b>404,71</b>	<b>139,58</b>	<b>5,56</b>
<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>				205	2,6	3,2	8,2	72	16,3	0,04	114,89	49,48	41,72	17,84	0,2

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №110														
Свёкла (очищенная)*	32,00	32												
Капуста (очищенная)*	16,00	16												
Картофель (очищенный)*	16,00	16												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	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												
Вода	160,00	160												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
<b>Бифштекс "Богатырь"</b>			90	16,75	17,24	13,53	276,28	1,8	0,19	36,75	209	156,6	42,75	2,58
<b>Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223</b>														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	35,00	35												
Грудка куриная*	61,60	45												
Лук репчатый (очищенный)*	18,00	18												
Вода	5,40	5,4												
Соль*	0,50	0,5												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	14,10	9												
Масло растительное*	2,70	2,7												
<b>Рагу овощное</b>			150	2,97	2,74	19,24	113,5	10,77	0,09	174,95	39,35	71,69	29,91	1,15
<b>Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №541</b>														
Картофель (очищенный)*	71,00	71												
Морковь (очищенная)*	21,00	21												
Капуста (очищенная)*	41,00	41												
Лук репчатый (очищенный)*	21,00	21												
Томатная паста*	3,50	3,5												
Масло растительное*	2,20	2,2												
Мука в/с*	1,80	1,8												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	20,30	20,3												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
<b>Сок фруктовый разливной</b>			200	0,5		10,1	42,4	9,8	0,06		23	15,6	6,1	0,3
<b>Лечебное питание детей в стационарах №11.16</b>														
Сок(разливной)*	200,00	200												
<b>Хлеб пшеничный</b>			40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04		8	5,8		0,44
<b>Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2</b>														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			25	1,83	0,33	17,23	79,21		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
<b>Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1</b>														
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
<b>Итого:</b>				<b>27,71</b>	<b>23,83</b>	<b>87,98</b>	<b>677,23</b>	<b>38,67</b>	<b>0,47</b>	<b>326,59</b>	<b>337,08</b>	<b>337,16</b>	<b>110,1</b>	<b>5,72</b>

**4 день**

Наименование блюда	Брутто. г	Нетто. г	Химический состав				Витамины				Наименование пищевых веществ			
			...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...



			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Обед</b>			<b>705</b>	<b>38,75</b>	<b>25,39</b>	<b>102,4</b>	<b>809,97</b>	<b>26,93</b>	<b>0,95</b>	<b>103,69</b>	<b>368,56</b>	<b>538,98</b>	<b>133,98</b>	<b>9,65</b>
<b>Суп из овощей, со сметаной</b>			205	2,98	5,3	12,74	110,58	21,25	0,07	100,15	28,06	46,72	2	0,68
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №135														
Капуста (очищенная)*	25,00	25												
Картофель (очищенный)*	40,00	40												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	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 (сушеный)*	0,02	0,02												
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Вода	160,00	160												
<b>Мясо тушеное, с овощами</b>			90	9,91	9,42	8,95	176,93	3,08	0,05	1,75	17,24	114,45	21	1,61
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №180														
Говядина*	48,00	48												
Масло растительное*	3,00	3												
Масло сливочное*	5,00	5												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Морковь (очищенная)*	20,00	20												
Томатная паста*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	25,00	25												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
<b>Пюре из бобовых</b>			150	16,96	4,8	35,42	252,87		0,66	1,75	66,62	167,61	64,68	5,16
Сборник для обр.учрежд., 2011г., Могильный №199														
Крупа горох*	73,50	73,5												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
<b>Кофейный напиток на цельном молоке (6/7/200)</b>			200	4,21	5,18	18,23	136,38	2,6	0,08	0,04	240,14	180	28	0,14
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*	7,00	7												
Вода	20,00	20												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			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												
<b>Хлеб пшеничный</b>			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												
<b>Итого:</b>				<b>38,75</b>	<b>25,39</b>	<b>102,4</b>	<b>809,97</b>	<b>26,93</b>	<b>0,95</b>	<b>103,69</b>	<b>368,56</b>	<b>538,98</b>	<b>133,98</b>	<b>9,65</b>

**5 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Наименование пищевых веществ								
							Витамины								



			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>			<b>715</b>	<b>30,53</b>	<b>22,68</b>	<b>85,88</b>	<b>669,83</b>	<b>47,89</b>	<b>0,52</b>	<b>109,61</b>	<b>349,85</b>	<b>592,84</b>	<b>140,01</b>	<b>3,86</b>	
<b>Рассольник ленинградский</b>			200	3,24	3,28	13,68	97,2	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 (очищенный)*	60,00	60													
Крупа перловая*	4,00	4													
Морковь (очищенная)*	8,00	8													
Лук репчатый (очищенный)*	4,00	4													
Огурцы консервированные (соленые)*	21,84	12													
Масло растительное*	2,00	2													
Вода	150,00	150													
Соль*	0,30	0,3													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02													
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02													
<b>Картофельная запеканка с рыбой (минтай), с маслом сливочным</b>			240	20,02	12,04	28,51	302,55	32,93	0,3	11,05	57,95	317,72	88,13	2,42	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229															
Минтай*	148,00	86													
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15													
Масло сливочное*	7,00	7													
Картофель (очищенный)*	155,00	155													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	6,20	4													
Соль*	0,20	0,2													
Сыр*	10,10	10													
Масло растительное*	3,00	3													
<b>Кефир с сахаром</b>			235	4,21	7,04	24,01	176,24	1,54	0,09	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													
<b>Хлеб пшеничный</b>			40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04		8	5,8		0,44	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	40,00	40													
<b>Итого:</b>				<b>30,53</b>	<b>22,68</b>	<b>85,88</b>	<b>669,83</b>	<b>47,89</b>	<b>0,52</b>	<b>109,61</b>	<b>349,85</b>	<b>592,84</b>	<b>140,01</b>	<b>3,86</b>	
<b>6 день</b>															
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	
<b>Обед</b>			<b>920</b>	<b>25,62</b>	<b>26,26</b>	<b>102,06</b>	<b>735</b>	<b>24,34</b>	<b>0,37</b>	<b>197,4</b>	<b>535,72</b>	<b>414,18</b>	<b>95,72</b>	<b>4,99</b>	
<b>Суп-пюре из разных овощей, с сухариками</b>			220	3,2	4,1	6,1	74,1	13,71	0,13	110,3	169,8	86,36	26,2	1,47	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168															
Морковь (очищенная)*	24,00	24													
Капуста (очищенная)*	16,00	16													
Картофель (очищенный)*	18,00	18													
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8													
Мука в/с*	4,00	4													
Масло сливочное*	8,00	8													
Молоко цельное*	70,00	70													
Соль*	0,30	0,3													
Вода	120,00	120													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													



Лавровый лист*	0,02	0,02													
<b>Мясо тушеное в сметанном соусе</b>			90	9,26	9,24	8,16	151,48	2,03	0,01	8	13,24	16,54	3,52	0,18	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	49,00	49													
Масло растительное*	3,00	3													
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20													
Сметана*	8,00	8													
Мука в/с*	9,00	9													
Соль*	0,30	0,3													
Вода	60,00	60													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
<b>Макаронны отварные</b>			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													
<b>Какао на цельном молоке (200/10/3)</b>			200	3,2	3,2	8	73,6	2,6	0,08		240,2	180	28	0,15	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693															
Какао*	3,00	3													
Молоко цельное*	200,00	200													
Сахар*	10,00	10													
Вода	20,00	20													
<b>Хлеб пшеничный</b>			40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04		8	5,8		0,44	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	40,00	40													
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			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													
<b>Сок фруктовый т/п (н)</b>			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													
<b>Итого:</b>				<b>25,62</b>	<b>26,26</b>	<b>102,06</b>	<b>735</b>	<b>24,34</b>	<b>0,37</b>	<b>197,4</b>	<b>535,72</b>	<b>414,18</b>	<b>95,72</b>	<b>4,99</b>	
<b>7 день</b>															
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	
<b>Обед</b>			<b>705</b>	<b>35,9</b>	<b>34,38</b>	<b>65,38</b>	<b>714,54</b>	<b>10,68</b>	<b>0,32</b>	<b>203,43</b>	<b>470,9</b>	<b>451,24</b>	<b>75,4</b>	<b>6,87</b>	
<b>Суп куриный с вермишелью (грудка)</b>			200	5,04	3,01	9,7	86,05	9,28	0,09	180	13,4	63,9	27	0,55	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147															
Грудка куриная*	20,54	15													
Картофель (очищенный)*	40,00	40													
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8													
Морковь (очищенная)*	8,00	8													
Масло сливочное*	4,00	4													
Макаронные изделия (паутинка)*	4,00	4													
Соль*	0,50	0,5													
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05													
Вода	180,00	180													
<b>Омлет с сыром, с маслом сливочным</b>			235	24,9	30,6	5,22	395,88	1,38	0,14	5,13	37,9	376,54	31,3	0,8	



Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342													
Меланж*	150,00	150											
Молоко цельное*	95,00	95											
Масло растительное*	2,00	2											
Соль*	0,30	0,3											
Сыр*	20,20	20											
Масло сливочное*	10,00	10											

<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200	0,5		18,48	75,92	0,02			18,3	60	5	3	0,1
------------------------------------	-----	-----	--	-------	-------	------	--	--	------	----	---	---	-----

Сборник рецептур обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-7хн-2020 (7-11лет)													
Сухофрукты*	25,00	25											
Сахар*	7,00	7											
Вода	180,00	180											

<b>Хлеб пшеничный</b>	40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04			8	5,8		0,44
-----------------------	----	------	------	-------	-------	--	------	--	--	---	-----	--	------

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб пшеничный*	40,00	40											

<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	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											

<b>Итого:</b>				<b>35,9</b>	<b>34,38</b>	<b>65,38</b>	<b>714,54</b>	<b>10,68</b>	<b>0,32</b>	<b>203,43</b>	<b>470,9</b>	<b>451,24</b>	<b>75,4</b>	<b>6,87</b>
---------------	--	--	--	-------------	--------------	--------------	---------------	--------------	-------------	---------------	--------------	---------------	-------------	-------------

**8 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
<b>Обед</b>			<b>915</b>	<b>25,92</b>	<b>23,92</b>	<b>96,62</b>	<b>694,74</b>	<b>19,4</b>	<b>0,29</b>	<b>406,2</b>	<b>292,42</b>	<b>302,11</b>	<b>90,32</b>	<b>6,06</b>
<b>Суп картофельный с бобовыми, с гренками</b>			220	2,5	3,9	8,21	77,94	5,4	0,18	125,84	30,2	89,7	29,68	0,3

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139													
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Крупа горох*	12,00	12											
Картофель (очищенный)*	36,00	36											
Морковь (очищенная)*	8,00	8											
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8											
Масло растительное*	2,00	2											
Соль*	0,30	0,3											
Гренки	20,00	20											
Лавровый лист*	0,02	0,02											
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05											
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05											
Вода	160,00	160											

<b>Плов с мясом</b>	230	17,18	19,3	18	314,42	2,4	0,02	150	187,83	82,56	19,14	2,35
---------------------	-----	-------	------	----	--------	-----	------	-----	--------	-------	-------	------

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265													
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	93,00	93											
Крупа рис пропаренный*	54,00	54											
Масло растительное*	3,00	3											
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15											
Морковь (очищенная)*	18,00	18											
Томатная паста*	5,00	5											
Соль*	0,50	0,5											
Чеснок сушеный*	0,05	0,05											
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05											

<b>Компот из кураги</b>	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												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			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												
<b>Хлеб пшеничный</b>			40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04		8	5,8		0,44
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
<b>Сок фруктовый т/п (н)</b>			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												
<b>Итого:</b>				<b>25,92</b>	<b>23,92</b>	<b>96,62</b>	<b>694,74</b>	<b>19,4</b>	<b>0,29</b>	<b>406,2</b>	<b>292,42</b>	<b>302,11</b>	<b>90,32</b>	<b>6,06</b>

### 9 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
<b>Обед</b>			<b>705</b>	<b>29,02</b>	<b>18,1</b>	<b>84,97</b>	<b>612,41</b>	<b>43,73</b>	<b>0,4</b>	<b>164,42</b>	<b>186,68</b>	<b>467,13</b>	<b>123,61</b>	<b>3,51</b>
<b>Борщ Сибирский, со сметаной</b>			205	1,54	3,09	12,3	83,17	15,02	0,04	149,21	35,04	41,64	17,96	0,9

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111

Свёкла (очищенная)*	32,00	32												
Капуста (очищенная)*	16,00	16												
Картофель (очищенный)*	12,00	12												
Морковь (очищенная)*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	8,00	8												
Томатная паста*	2,40	2,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Фасоль консервированная*	13,33	8												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Вода	160,00	160												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
<b>Рыба запеченая</b>			100	19,07	5,6	3,1	139,42	0,59	0,13	11,7	46,8	280,89	64,35	0,94

Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №234

Минтай*	193,00	117												
Мука в/с*	4,50	4,5												
Масло растительное*	4,50	4,5												
Соль*	0,90	0,9												

**Картофельное пюре**

			150	3,9	8,77	23,21	187,36	26,52	0,17	3,51	63,4	114,4	35,5	1,21
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №520														
Картофель (очищенный)*	130,00	130												
Молоко цельное*	40,00	40												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,30	0,3												

**Напиток фруктовый "Изюминка"**

			200	0,62	0,1	22,8	87,8	1,6			0,14			0,1
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638														
Изюм*	20,00	20												
Сахар*	7,00	7												
Вода	190,00	190												

<b>Хлеб пшеничный</b>			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04					
-----------------------	--	--	----	------	------	-------	-------	--	------	--	--	--	--	--





Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		30,00	30												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>				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												
<b>Итого:</b>				<b>29,02</b>	<b>18,1</b>	<b>84,97</b>	<b>612,41</b>	<b>43,73</b>	<b>0,4</b>	<b>164,42</b>	<b>186,68</b>	<b>467,13</b>	<b>123,61</b>	<b>3,51</b>	
<b>10 день</b>															
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	
<b>Обед</b>				<b>710</b>	<b>26,12</b>	<b>28,6</b>	<b>66,25</b>	<b>626,88</b>	<b>27,46</b>	<b>0,43</b>	<b>101,78</b>	<b>321,05</b>	<b>432,84</b>	<b>173,66</b>	<b>5,21</b>
<b>Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной</b>				205	2,5	4,7	17,2	121,1	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 (очищенная)*		40,00	40												
Картофель (очищенный)*		24,00	24												
Морковь (очищенная)*		8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*		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												
Укроп (сушеный)*		0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*		0,05	0,05												
Вода		150,00	150												
<b>Гречетто с мясом</b>				230	16,35	16,54	5,36	235,7	1,2	0,25		16,19	178,28	117,98	3,92
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*		84,00	84												
Крупа гречневая*		56,60	56,6												
Масло растительное*		2,50	2,5												
Лук репчатый (очищенный)*		7,00	7												
Морковь (очищенная)*		10,00	10												
Томатная паста*		4,00	4												
Соль*		0,30	0,3												
Вода		155,00	155												
Укроп (сушеный)*		0,10	0,1												
<b>Кефир с сахаром</b>				235	4,21	7,04	24,01	176,24	1,54	0,09	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												
<b>Хлеб пшеничный</b>				40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04		8	5,8		0,44
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		40,00	40												
<b>Итого:</b>				<b>26,12</b>	<b>28,6</b>	<b>66,25</b>	<b>626,88</b>	<b>27,46</b>	<b>0,43</b>	<b>101,78</b>	<b>321,05</b>	<b>432,84</b>	<b>173,66</b>	<b>5,21</b>	

Главный технолог





Полянская О.Н.

Технолог





## Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подписи отправителя:	 АО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" КУЗНЕЦОВА ЛЮДМИЛА ВЛАДИМИРОВНА, ВРЕМЕННО ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ДИРЕКТОРА	 Не требуется для подписания	02F85A4A0054B2449F4076344C5B87CBAF с 28.12.2024 07:20 по 28.03.2026 07:20 GMT+03:00	10.01.2025 12:02 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 45" Баинова Юлия Викторовна, Директор	 Не требуется для подписания	3D70FDC73D1D932233CF630940148F6B с 30.10.2023 11:37 по 22.01.2025 11:37 GMT+03:00	10.01.2025 12:43 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа