

СОГЛАСОВАНО

Приложение № 2 к Техническому Заданию

УТВЕРЖДЕНО

Врио генерального  
директора АО "Комбинат  
питания" \_\_\_\_\_  
(подпись)

Кузнецова Людмила Владимировна

Руководитель Заказчика \_\_\_\_\_

## Примерное двенадцатидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в общеобразовательном учреждении для возрастной категории от 12 до 18 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>810</b>	<b>30,4</b>	<b>29,09</b>	<b>114,44</b>	<b>841,14</b>	<b>34,45</b>	<b>0,4</b>	<b>281,09</b>	<b>242,35</b>	<b>368,08</b>	<b>66,18</b>	<b>6,5</b>
<b>Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной</b>			255	2,65	3,88	21,75	132,48	25,25	0,03	188,23	78,5	39,93	16,93	1,83
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №128														
Крупа рис круглозерный*	5,00	5												
Томатная паста*	5,00	5												
Капуста (очищенная)*	50,00	50												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Вода	225,00	225												
<b>Каша перловая с овощами и мясом</b>			250	20,94	21,23	25,7	377,63	3,2	0,08	8,5	33	181,3	30	1,19
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №6.42														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	99,00	99												
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>Подгарнировка: Икра свекольная</b>			40	0,82	3,27	7,08	61,04	3,7	0,2	84,36	27,3	95,3	5,75	1,96
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124														
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7												
Свёкла (очищенная)*	30,00	30												
Томатная паста*	11,00	11												
Сахар*	2,00	2												



Масло растительное*	3,20	3,2												
Лимонная кислота*	0,30	0,3												
Соль*	0,30	0,3												
<b>Напиток "Дары осени"</b>			200	1,1	0,06	23	96,94	2,3			87,3			0,03
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №388														
Курага*	10,00	10												
Изюм*	10,00	10												
Сахар*	15,00	15												
<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>Итого:</b>			<b>30,4</b>	<b>29,09</b>	<b>114,44</b>	<b>841,14</b>	<b>34,45</b>	<b>0,4</b>	<b>281,09</b>	<b>242,35</b>	<b>368,08</b>	<b>66,18</b>	<b>6,5</b>	
<b>2 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>830</b>	<b>31,15</b>	<b>29,52</b>	<b>102,62</b>	<b>800,76</b>	<b>43,9</b>	<b>0,59</b>	<b>379,25</b>	<b>485,8</b>	<b>545,54</b>	<b>167,99</b>	<b>7,15</b>
<b>Суп-пюре из картофеля, с сухариками</b>			270	2,8	5,3	25,6	161,3	22,3	0,23	153	168	130	48	2,19
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №57														
Картофель (очищенный)*	90,00	90												
Морковь (очищенная)*	20,00	20												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Мука в/с*	5,00	5												
Молоко цельное*	100,00	100												
Масло сливочное*	12,00	12												
Вода	150,00	150												
Соль*	0,60	0,6												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
<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>			200	1,6	3,3	20,17	116,78	15	0,08	137	109	79,14	39,89	1,23
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534														
Капуста (очищенная)*	229,00	229												
Масло растительное*	4,00	4												
Морковь (очищенная)*	5,00	5												
Лук репчатый (очищенный)*	9,00	9												
Томатная паста*	15,00	15												
Мука в/с*	4,00	4												
Сахар*	3,00	3												
Соль*	0,60	0,6												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Вода	45,80	45,8												
<b>Чай на молоке с сахаром</b>			200	6,8	5	13,56	126,44	2,6	0,08	3	63,3	180	28	0,15
Сборник рецептур обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-6ги-2020(7-11 лет)														
Чай*	4,00	4												



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
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
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Итого:</b>				<b>31,15</b>	<b>29,52</b>	<b>102,62</b>	<b>800,76</b>			<b>43,9</b>	<b>0,59</b>	<b>379,25</b>	<b>485,8</b>	<b>545,54</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>800</b>	<b>30,89</b>	<b>28,79</b>	<b>102,49</b>	<b>792,63</b>	<b>44</b>	<b>0,54</b>	<b>353,55</b>	<b>294,3</b>	<b>256,34</b>	<b>89,59</b>	<b>4,92</b>
<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>			255	9,25	8,23	19,24	188,03	19,28	0,24	143,61	61,85	52,15	23,6	1,09

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №110

Свёкла (очищенная)*	40,00	40												
Капуста (очищенная)*	20,00	20												
Картофель (очищенный)*	20,00	20												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Томатная паста*	3,00	3												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	5,00	5												
Вода	200,00	200												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
<b>Бифштекс "Богатырь"</b>			100	12,69	16,62	9,66	238,98	2	0,04		136,2	38,04	10,5	0,66

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	45,00	45												
Грудка куриная*	61,60	45												
Лук репчатый (очищенный)*	20,00	20												
Вода	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												
Масло растительное*	2,00	2												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	15,63	10												
<b>Рагу овощное</b>			180	3,56	3,29	26,58	150,17	12,92	0,11	209,94	57	99	35,89	1,38

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №541

Картофель (очищенный)*	85,20	85,2												
Морковь (очищенная)*	25,20	25,2												
Капуста (очищенная)*	49,20	49,2												
Лук репчатый (очищенный)*	25,20	25,2												
Томатная паста*	4,20	4,2												
Масло растительное*	2,60	2,6												
Мука в/с*	2,20	2,2												
Соль*	0,40	0,4												
Вода	24,40	24,4												



Лавровый лист*	0,01	0,01													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1													
<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>30,89</b>	<b>28,79</b>		<b>102,49</b>	<b>792,63</b>	<b>44</b>	<b>0,54</b>	<b>353,55</b>	<b>294,3</b>	<b>256,34</b>	<b>89,59</b>	<b>4,92</b>

#### 4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>			<b>805</b>	<b>33,23</b>	<b>37,87</b>	<b>106,05</b>	<b>897,95</b>	<b>32,76</b>	<b>1,12</b>	<b>218,89</b>	<b>413,14</b>	<b>447,22</b>	<b>173,41</b>	<b>11,66</b>	
<b>Суп из овощей, со сметаной</b>			255	3,73	6,13	23,5	164,09	26,56	0,09	185,19	27,08	58,4	23,78	0,85	

<b>Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №135</b>															
Капуста (очищенная)*	32,00	32													
Картофель (очищенный)*	50,00	50													
Морковь (очищенная)*	10,00	10													
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10													
Горошек зелёный*	11,50	7,5													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Соль*	0,40	0,4													
Сметана*	5,00	5													
Лавровый лист*	0,01	0,01													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Петрушка (сушеная)*	0,01	0,01													
Вода	200,00	200													
<b>Мясо тушеное, с овощами</b>			100	6,3	13,58	10,12	187,9	3,6	0,07	2,9	22,75	140,6	29,87	2,55	

<b>Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №180</b>															
Говядина*	81,00	81													
Масло растительное*	3,30	3,3													
Масло сливочное*	7,80	7,8													
Лук репчатый (очищенный)*	23,00	23													
Морковь (очищенная)*	23,00	23													
Томатная паста*	11,00	11													
Мука в/с*	6,70	6,7													
Соль*	0,60	0,6													
Вода	27,80	27,8													
Лавровый лист*	0,01	0,01													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1													
<b>Пюре из бобовых</b>			180	11,2	14,89	33,2	311,61		0,79	4,8	104,81	202,21	77,66	5,6	

<b>Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №199</b>															
Крупа горох*	88,20	88,2													
Масло сливочное*	12,00	12													
Соль*	0,60	0,6													



<b>Кофейный напиток на цельном молоке (6/15/200)</b>	200	6,54	2,5	7,25	77,66	2,6	0,08	26	240	40,21	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											
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>	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>33,23</b>	<b>37,87</b>	<b>106,05</b>	<b>897,95</b>	<b>32,76</b>	<b>1,12</b>	<b>218,89</b>	<b>413,14</b>	<b>447,22</b>	<b>173,41</b>	<b>11,66</b>

**5 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>810</b>	<b>32,8</b>	<b>28,02</b>	<b>113,32</b>	<b>836,66</b>	<b>19,62</b>	<b>0,61</b>	<b>235,54</b>	<b>456,74</b>	<b>445,65</b>	<b>152,19</b>	<b>5,87</b>
<b>Рассольник ленинградский</b>			255	4,13	3,6	18,9	124,52	16,92	0,11	125,3	21,75	74,85	26,39	0,98

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №132												
Картофель (очищенный)*	75,00	75										
Крупа перловая*	5,00	5										
Морковь (очищенная)*	10,00	10										
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5										
Огурцы консервированные (соленые)*	27,30	15										
Масло растительное*	2,50	2,5										
Вода	187,50	187,5										
Соль*	0,60	0,6										
Лавровый лист*	0,01	0,01										
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1										
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1										
Сметана*	5,00	5										

<b>Картофельная запеканка с рыбой, со сливочным маслом</b>	265	18,2	20	35,6	395,2	1,3	0,33	110,2	172,99	175	79	2,69
--	-----	------	----	------	-------	-----	------	-------	--------	-----	----	------

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229												
Минтай*	195,00	117										
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15										
Масло сливочное*	8,00	8										
Картофель (очищенный)*	155,00	155										
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	6,20	4										
Соль*	1,00	1										
Сыр*	27,27	27										
Масло растительное*	3,00	3										
Масло сливочное*	10,00	10										

<b>Кефир с сахаром</b>	210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2
------------------------	-----	------	-----	------	--------	-----	------	------	-----	-----	----	-----

Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2.Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645,сб 1996г

Кефир*	207,00	200										
Сахар*	10,00	10										

<b>Хлеб пшеничный</b>	40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04					
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2												



Хлеб пшеничный*	40,00	40													
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			40	3,2	0,6	16,04	82,36		0,07		14		18,8	1,56	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	40,00	40													
<b>Итого:</b>				<b>32,8</b>	<b>28,02</b>	<b>113,32</b>	<b>836,66</b>		<b>19,62</b>	<b>0,61</b>	<b>235,54</b>	<b>456,74</b>	<b>445,65</b>	<b>152,19</b>	<b>5,87</b>

### 6 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>800</b>	<b>26</b>	<b>25,72</b>	<b>101,69</b>	<b>750,76</b>	<b>63,82</b>	<b>0,32</b>	<b>184,82</b>	<b>84,62</b>	<b>259,77</b>	<b>57,04</b>	<b>5,41</b>	
<b>Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной</b>			255	3,1	5,8	20,27	145,68	30,74	0,06	146,29	40,87	49,45	30,94	0,78	

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124														
Капуста (очищенная)*	50,00	50												
Картофель (очищенный)*	30,00	30												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	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												

<b>Мясо тушеное в сметанном соусе</b>			100	14,43	14,93	5,76	212,25	1,54	0,01	10	13,45	14,9	3	0,14
---------------------------------------	--	--	-----	-------	-------	------	--------	------	------	----	-------	------	---	------

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	83,40	83,4												
Масло растительное*	5,00	5												
Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
Сметана*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Вода	30,00	30												
Лавровый лист*	0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												

<b>Каша гречневая</b>			180	3,6	4,13	34	187,57		0,19	26	15,3	158,22	12,9	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												
Вода	144,00	144												

<b>Компот "Ягодно-фруктовый микс"</b>			200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	9	7	6	0,5
---------------------------------------	--	--	-----	-----	-----	------	------	-------	------	------	---	---	---	-----

Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11лет)														
Смесь ягод (яблоко, вишня, клубника)*	20,00	20												
Сахар*	7,00	7												
Вода	180,00	180												

<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>Хлеб ржано- пшеничный</b>			35	2,38	0,42	14,7	83,5							
------------------------------	--	--	----	------	------	------	------	--	--	--	--	--	--	--

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	35,00	35												

<b>Итого:</b>				<b>26</b>	<b>25,72</b>	<b>101,69</b>	<b>750,76</b>	<b>63,82</b>	<b>0,32</b>	<b>184,82</b>	<b>84,62</b>	<b>259,77</b>	<b>57,04</b>	<b>5,41</b>
---------------	--	--	--	-----------	--------------	---------------	---------------	--------------	-------------	---------------	--------------	---------------	--------------	-------------



7 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>1 040</b>	<b>37,51</b>	<b>27</b>	<b>116,19</b>	<b>844,22</b>	<b>9,13</b>	<b>0,41</b>	<b>232,97</b>	<b>521,81</b>	<b>486,75</b>	<b>130,12</b>	<b>6,75</b>	
<b>Суп-пюре из разных овощей, с сухариками</b>			270	6,27	5,3	6,9	100,38	0,19	0,15	135	176	186,75	43,2	1,59	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168															
	Морковь (очищенная)*	30,00	30												
	Капуста (очищенная)*	20,00	20												
	Картофель (очищенный)*	22,50	22,5												
	Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
	Мука в/с*	4,00	4												
	Масло сливочное*	8,00	8												
	Молоко цельное*	100,00	100												
	Соль*	0,50	0,5												
	Вода	100,00	100												
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
	Лавровый лист*	0,02	0,02												
<b>Мясо тушеное в сметанном соусе</b>			100	14,43	14,93	5,76	212,25	1,54	0,01	10	13,45	14,9	3	0,14	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437															
	Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	83,40	83,4												
	Масло растительное*	5,00	5												
	Лук репчатый (очищенный)*	15,00	15												
	Сметана*	10,00	10												
	Мука в/с*	6,00	6												
	Соль*	0,30	0,3												
	Вода	30,00	30												
	Лавровый лист*	0,02	0,02												
	Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
<b>Макаронные изделия</b>			180	6,24	2,35	23,51	140,15		0,08	52,93	12,36	11	9,12	0,92	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516															
	Макаронные изделия*	63,00	63												
	Масло сливочное*	12,00	12												
	Соль*	0,60	0,6												
<b>Кефир с сахаром</b>			210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2	
Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2. Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645, сб 1996г															
	Кефир*	207,00	200												
	Сахар*	10,00	10												
<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>			40	3,2	0,6	16,04	82,36		0,07		14		18,8	1,56	
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1															
	Хлеб-ржано 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 0,2л(т/п)*	200,00	200												
<b>Итого:</b>				<b>37,51</b>	<b>27</b>	<b>116,19</b>	<b>844,22</b>	<b>9,13</b>	<b>0,41</b>	<b>232,97</b>	<b>521,81</b>	<b>486,75</b>	<b>130,12</b>	<b>6,75</b>	

8 день

Передан через Диадок 10.01.2025 12:02 GMT+03:00  
1b79ef45-b7e1-48bd-9360-44cc5107367e

Страница 7 из 12



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>810</b>	<b>29,92</b>	<b>30,02</b>	<b>104,43</b>	<b>807,58</b>	<b>14,6</b>	<b>0,61</b>	<b>230,3</b>	<b>308,29</b>	<b>463,76</b>	<b>116,93</b>	<b>8,79</b>
<b>Суп куриный с вермишелью</b>			250	6,3	6,2	31,01	205,04	11,65	0,1	152,1	13,92	78,3	43,8	0,7
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147														
Грудка куриная*	75,34	55												
Картофель (очищенный)*	50,00	50												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Морковь (очищенная)*	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												
Вода	190,00	190												
<b>Омлет с сыром, со сливочным маслом (5)</b>			240	16,2	21,47	16,9	325,63	1,24	0,16	4,6	190	362	32,6	4,83
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342														
Меланж*	190,00	190												
Молоко цельное*	95,00	95												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	1,10	1,1												
Сыр*	25,25	25												
Масло сливочное*	10,00	10												
<b>Подгарнировка: Икра "Витаминка"</b>			50	1,46	1,49	14,41	76,89	1,6	0,2	49,6	71,68	17,66	18,36	0,23
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124														
Морковь (очищенная)*	32,00	32												
Курага*	20,00	20												
Сахар*	2,00	2												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,20	0,2												
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>			200	0,5	0,09	10,13	43,33	0,11	0,06	24	14,19		8,07	0,89
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №864														
Сухофрукты*	30,00	30												
Сахар*	10,00	10												
Вода	202,00	202												
<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>29,92</b>	<b>30,02</b>	<b>104,43</b>	<b>807,58</b>	<b>14,6</b>	<b>0,61</b>	<b>230,3</b>	<b>308,29</b>	<b>463,76</b>	<b>116,93</b>	<b>8,79</b>
<b>9 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>965</b>	<b>29,26</b>	<b>27,85</b>	<b>114,31</b>	<b>650,13</b>	<b>16,03</b>	<b>0,46</b>	<b>274,3</b>	<b>427,28</b>	<b>356,66</b>	<b>120,84</b>	<b>8,43</b>
<b>Суп картофельный с бобовыми, с гречками</b>			270	5,95	7,9	17,3		6,75	0,33	12,3				



Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139														
Крупа горох*	15,00	15												
Картофель (очищенный)*	45,00	45												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,40	0,4												
Гренки	25,00	25												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Вода	200,00	200												
<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	1,14		20,9	88,16	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*	15,00	15												
Сахар*	10,00	10												
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												

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40	40	3,06	0,32	19,68	93,84		0,04		8	5,8		0,44

Сок фруктовый т/п (н)														
Хлеб пшеничный*	40,00	40	200	0,1		21,2	74,5	6		35	58	78,3	28	1,9

Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок 0,2л(т/п)*	200,00	200												

<b>Итого:</b>			<b>29,26</b>	<b>27,85</b>	<b>114,31</b>	<b>650,13</b>	<b>16,03</b>	<b>0,46</b>	<b>274,3</b>	<b>427,28</b>	<b>356,66</b>	<b>120,84</b>	<b>8,43</b>	
---------------	--	--	--------------	--------------	---------------	---------------	--------------	-------------	--------------	---------------	---------------	---------------	-------------	--

**10 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>810</b>	<b>30,55</b>	<b>28,4</b>	<b>108,73</b>	<b>812,72</b>	<b>51,42</b>	<b>0,59</b>	<b>224,72</b>	<b>275,32</b>	<b>439,63</b>	<b>115,77</b>	<b>5,42</b>	
<b>Борщ Сибирский, со сметаной</b>			260	1,93	5,9	18,23	133,74	18,78	0,05	186,51	43,8	52,05	22,45	1,13	

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111														
Свёкла (очищенная)*	40,00	40												
Капуста (очищенная)*	20,00	20												
Картофель (очищенный)*	15,00	15												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Томатная паста*	3,00	3												



Масло растительное*	3,00	3												
Фасоль консервированная*	16,70	10												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	10,00	10												
Вода	200,00	200												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												

**Рыба запеченая** 100 17,42 13,68 6,89 220,36 1,06 0,24 35,4 123,56 236,06 35,4 0,71

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

Горбуша*	181,54	118												
Мука в/с*	5,00	5												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												

**Картофельное пюре** 180 4,96 7,92 28,03 203,24 31,58 0,21 2,81 89,32 145,72 43,82 1,42

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128

Картофель (очищенный)*	154,00	154												
Молоко цельное*	35,00	35												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	1,00	1												

**Напиток фруктовый "Изюминка"** 200 0,78 0,13 23,6 98,69 0,14 0,02

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638

Изюм*	25,00	25												
Сахар*	7,00	7												
Вода	202,00	202												

**Хлеб пшеничный** 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												
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Хлеб ржано- пшеничный** 30 2,4 0,45 12,3 62,85 0,05 10,5 14,1 1,7

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1

Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
-----------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Итого:** 30,55 28,4 108,73 812,72 51,42 0,59 224,72 275,32 439,63 115,77 5,42

**11 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>810</b>	<b>28,41</b>	<b>27,8</b>	<b>115,97</b>	<b>827,73</b>	<b>37,75</b>	<b>0,69</b>	<b>327,46</b>	<b>378,63</b>	<b>574,39</b>	<b>185,95</b>	<b>8,53</b>	
<b>Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной</b>			255	3,13	5,88	12,34	114,8	30,9	0,06	127,16	41,08	49,7	15	0,79	

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124

Капуста (очищенная)*	50,00	50												
Картофель (очищенный)*	30,00	30												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Томатная паста*	2,50	2,5												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Сметана*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												

**Гречетто с мясом(8)** 240 15,36 14,5 36,54 338,1 1,75 0,28 115,9



Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	102,00	102												
Крупа гречневая*	58,30	58,3												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Морковь (очищенная)*	15,00	15												
Томатная паста*	5,00	5												
Соль*	1,50	1,5												
Вода	155,00	155												
Укроп (сушеный)*	1,00	1												

**Подгарнировка: Икра свекольная** 40 0,82 3,27 7,08 61,04 3,7 0,2 84,36 27,3 95,3 5,75 1,96

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124														
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7												
Свёкла (очищенная)*	30,00	30												
Томатная паста*	11,00	11												
Сахар*	2,00	2												
Масло растительное*	3,20	3,2												
Лимонная кислота*	0,30	0,3												
Соль*	0,30	0,3												

**Кефир с сахаром** 210 4,21 3,5 23,1 140,74 1,4 0,06 0,04 240 190 28 0,2

Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2.Уфа 2023. ООО "Фирма Гартн №645,сб 1996г

Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												

**Хлеб пшеничный** 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												

**Хлеб ржано- пшеничный** 25 1,83 0,33 17,23 79,21 0,05 8,25 45,75 13,5 1,05

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												

**Итого:** 28,41 27,8 115,97 827,73 37,75 0,69 327,46 378,63 574,39 185,95 8,53

**12 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>925</b>	<b>24,92</b>	<b>25,94</b>	<b>91,48</b>	<b>711,2</b>	<b>34,96</b>	<b>0,33</b>	<b>420,19</b>	<b>414,51</b>	<b>232,26</b>	<b>84,53</b>	<b>5,34</b>
<b>Суп из овощей, со сметаной</b>			255	3,73	6,13	23,5	164,09	26,56	0,09	185,19	27,08	58,4	23,78	0,85

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №135

Капуста (очищенная)*	32,00	32												
Картофель (очищенный)*	50,00	50												
Морковь (очищенная)*	10,00	10												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Горошек зелёный*	11,50	7,5												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,40	0,4												
Сметана*	5,00	5												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,01	0,01												
Вода	200,00	200												

**Плов с мясом** 230 17,18 19,3 18 314,42 2,4 0,02 150

<b>Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265</b>													
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	0,78	0,05	10,26	44,61		0,18	50	102,3	9,21	0,02
<b>Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №280</b>													
Курага*	15,00	15											
Сахар*	7,00	7											
Вода	180,00	180											
<b>Хлеб пшеничный</b>			20	1,53	0,16	9,72	69,28		0,02		4	13	2,8
<b>Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2</b>													
Хлеб пшеничный*	20,00	20											
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6
<b>Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1</b>													
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
<b>Лечебное питание детей в стационарах №11.16</b>													
Сок 0,2л(т/п)*	200,00	200											
<b>Итого:</b>				<b>24,92</b>	<b>25,94</b>	<b>91,48</b>	<b>711,2</b>	<b>34,96</b>	<b>0,33</b>	<b>420,19</b>	<b>414,51</b>	<b>232,26</b>	<b>84,53</b>

Главный технолог

\_\_\_\_\_

Полянская О.Н.

Главный технолог

\_\_\_\_\_

Полянская О.Н.

Идентификатор документа 1b79ef45-b7e1-48bd-9360-44cc5107367e



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

Подписи отправителя:	Организация, сотрудник АО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" КУЗНЕЦОВА ЛЮДМИЛА ВЛАДИМИРОВНА, ВРЕМЕННО ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ДИРЕКТОРА	Доверенность: рег. номер, период действия и статус Не требуется для подписания	Сертификат: серийный номер, период действия 02F85A4A0054B2449F4076344C5B87CBAF с 28.12.2024 07:20 по 28.03.2026 07:20 GMT+03:00	Дата и время подписания 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	Доверенность: рег. номер, период действия и статус Не требуется для подписания	Сертификат: серийный номер, период действия 3D70FDC73D1D932233CF630940148F6B с 30.10.2023 11:37 по 22.01.2025 11:37 GMT+03:00	Дата и время подписания 10.01.2025 12:43 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа