

СОГЛАСОВАНО

Приложение № 2 к Техническому Заданию

УТВЕРЖДЕНО

Врио генерального
директора АО "Комбинат
питания" _____ Кузнецова Людмила Владимировна
(подпись)

Руководитель Заказчика _____

**Примерное двенадцатидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в общеобразовательном учреждении для возрастной категории от 12 до 18 лет
(завтрак)(не менее 20% 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	
Завтрак			560	20,3	18,4	88,26	599,84	12,7	0,43	146,04	319,4	399,72	73,6	5,19	
Тефтели в соусе			120	8,6	10,23	7,6	156,87	11,3	0,12	120	22,8	21,3	26,9	1	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №462															
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	108,00	108													
Масло растительное*	2,00	2													
Мука в/с*	1,35	1,35													
Морковь (очищенная)*	5,00	5													
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5													
Томатная паста*	5,00	5													
Сахар*	0,30	0,3													
Соль*	0,50	0,5													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Вода	27,00	27													
Укроп (сушеный)*	0,03	0,03													
Каша гречневая			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													
Кефир с сахаром			210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2	
Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2.Уфа 2023. ООО "Фирма Партн №645,сб 1996г															
Кефир*	207,00	200													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30,00	30													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													



Итого:	20,3	18,4	88,26	599,84	12,7	0,43	146,04	319,4	399,72	73,6	5,19
---------------	-------------	-------------	--------------	---------------	-------------	-------------	---------------	--------------	---------------	-------------	-------------

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

Завтрак

Батон с маслом сливочным и сыром	50	6,3	5,6	14,7	134,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103	11,75	0,53
---	----	-----	-----	------	-------	-----	------	-------	------	-----	-------	------

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10

Сыр*	15,15	15										
Масло сливочное*	10,00	10										
Батон "Молочный"*	25,00	25										

Каша молочная пшенная с курагой, со сливочным маслом

	260	8,6	7,25	26,5	205,65	2,4	0,28	87,3	49,3	124	17,7	1,49
--	-----	-----	------	------	--------	-----	------	------	------	-----	------	------

Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-8к-2020(7-11лет)

Крупа пшено*	50,00	50										
Молоко цельное*	188,00	188										
Вода	25,00	25										
Курага*	8,00	8										
Сахар*	7,00	7										
Соль*	0,40	0,4										
Масло сливочное*	10,00	10										

Какао на цельном молоке (130/15/3)

	200	4,04	1,7	11,3	76,66	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										
Вода	10,00	10										

Вафли

	35	2,31	4,95	25,3	154,99							
--	----	------	------	------	--------	--	--	--	--	--	--	--

Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811

Вафли*	35,00	35										
--------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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:	23,08	19,83	95,03	650,91	9,52	0,41	162,21	232,95	404,75	63,55	3,26
---------------	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	-------------	---------------	---------------	---------------	--------------	-------------

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

Завтрак

Мясо тушеное в сметанном соусе	100	14,84	16,42	7,35	233,66	3,08	0,02	20	221	135	20	1,28
---------------------------------------	-----	-------	-------	------	--------	------	------	----	-----	-----	----	------

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437

Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	83,00	83										
Масло растительное*	5,00	5										
Лук репчатый (очищенный)*	30,00	30										
Сметана*	20,00	20										
Мука в/с*	6,00	6										
Соль*	0,30	0,3										
Вода	30,00	30										
Лавровый лист*	0,02	0,02										
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1										



Макароны отварные с овощами	190	5,4	8,3	33,2	229,1	2,8	0,13	285	33,65	63,2	27,84	1,36
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516												
Макаронные изделия*	48,10	48,1										
Горошек зелёный*	20,00	13										
Томатная паста*	11,40	11,4										
Морковь (очищенная)*	35,50	35,5										
Лук репчатый (очищенный)*	28,00	28										
Масло сливочное*	15,20	15,2										
Соль*	0,40	0,4										
Вода	279,90	279,9										

Компот "Ягодка"	200	0,18	0,11	8,75	39,25	22,9	0,06	100,25	9,8	9,6	7,85	0,35
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №635												
Смесь ягод "Вкус лета"*	25,00	25										
Сахар*	7,00	7										
Вода	180,00	180										

Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	29,63	137,32		0,06		10	32,5	7	0,5
-----------------------	----	-----	-----	-------	--------	--	------	--	----	------	---	-----

Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2												
Хлеб пшеничный*	50,00	50										

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:		26,62	25,68	91,23	702,18	28,78	0,32	405,25	284,95	240,3	76,79	5,19
---------------	--	--------------	--------------	--------------	---------------	--------------	-------------	---------------	---------------	--------------	--------------	-------------

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			640	22,84	18,91	86,6	607,95	82,29	0,58	165,07	118,66	360,65	123,19	11,89
Котлета рыбная "Любительская" (горбуша)			100	11,3	7,62	6,5	139,78	2,69	0,18	20,42	41,38	194,77	38,51	1,17

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390												
Горбуша*	104,00	68										
Морковь (очищенная)*	25,00	25										
Хлеб пшеничный*	8,00	8										
Лук репчатый (очищенный)*	7,00	7										
Молоко цельное*	10,00	10										
Меланж*	7,00	7										
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	10,94	7										
Соль*	0,20	0,2										
Масло растительное*	2,00	2										

Картофель отварной	210	4,37	6,94	35,14	220,5	43	0,26	2,45	23,18	126,8	49,45	1,95
---------------------------	-----	------	------	-------	-------	----	------	------	-------	-------	-------	------

Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №239												
Картофель (очищенный)*	215,00	215										
Масло сливочное*	7,00	7										
Соль*	1,00	1										

Подгарнировка: Маринад овощной с томатом	60	0,86	3,58	4,75	54,66	1,6	0,03	19,7	20,6	29,03	16,88	0,38
---	----	------	------	------	-------	-----	------	------	------	-------	-------	------

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78												
Морковь (очищенная)*	40,00	40										
Лук репчатый (очищенный)*	12,00	12										
Томатная паста*	7,00	7										
Масло растительное*	3,50	3,5										
Лимонная кислота*	0,10	0,1										
Сахар*	0,60	0,6										

Соль*	0,20	0,2												
Вода	25,20	25,2												
Напиток из плодов шиповника			200	0,85		8,23	36,32	35	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705														
Шиповник*	20,00	20												
Сахар*	7,00	7												
Вода	185,00	185												
Хлеб пшеничный			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:				22,84	18,91	86,6	607,95	82,29	0,58	165,07	118,66	360,65	123,19	11,89

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
Завтрак			670	21,56	18,82	75,84	548,28	6,78	0,23	190,09	267,45	455,4	61,6	7,21
Чай с сахаром			205	0,8		7,16	31,84		0,03	0,09	4,95	8,5	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*	4,00	4												
Вода	205,00	205												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6	

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

Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Сок фруктовый т/п (н)			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												
Омлет натуральный, со сливочным маслом			205	16	18,2	19	303,8	0,78	0,14	155	161,2	362,8	27,6	4,05

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211

Меланж*	160,00	160												
Молоко цельное*	60,00	60												
Масло сливочное*	5,00	5												
Масло растительное*	5,00	5												
Соль*	0,80	0,8												

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												
Итого:				21,56	18,82	75,84	548,28	6,78	0,23	190,09	267,45	455,4	61,6	7,21

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
Завтрак			550	9,49	4,31	100,1	480,79	18,77	0,12	68,3	117,92	67,09	26,08	1,09
Плов из куриной грудки			250	4,58	3,68	51,82	258,11	3	0,02		11,37	22,14	9,78	0,29

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



Грудка куриная*	131,50	96												
Крупа рис пропаренный*	61,20	61,2												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый (очищенный)*	21,00	21												
Морковь (очищенная)*	18,00	18												
Томатная паста*	3,00	3												
Соль*	1,00	1												

Подгарнировка: Икра свекольная 50 0,42 0,09 1,92 14,42 9,17 0,04 50 5,25 9,75 7,5 0,34

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124

Лук репчатый (очищенный)*	9,00	9												
Свёкла (очищенная)*	38,00	38												
Томатная паста*	13,00	13												
Сахар*	0,70	0,7												
Масло растительное*	4,00	4												
Лимонная кислота*	0,40	0,4												
Соль*	0,20	0,2												

Компот из смеси сухофруктов 200 0,6 22,8 93,6 6,6 18,3 60 5 3 0,1

Сборник рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-7хн-2020 (7-11лет)

Сухофрукты*	15,00	15												
Сахар*	10,00	10												
Вода	180,00	180												

Хлеб пшеничный 30 2,29 0,24 14,76 70,36 0,04 6 30,2 4,2 0,36

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2

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

Хлеб ржано- пшеничный 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												
-----------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Итого: 9,49 4,31 100,1 480,79 18,77 0,12 68,3 117,92 67,09 26,08 1,09

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
Завтрак			720	24,18	23,55	97,5	696,51	18	0,24	222,75	495,15	418	91,35	4,24

Батон с маслом сливочным и сыром 50 6,3 5,6 14,7 134,4 5,1 0,04 52,72 69,4 103 11,75 0,53

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10

Сыр*	15,15	15												
Масло сливочное*	10,00	10												
Батон "Молочный"	25,00	25												

Каша молочная рисовая, с маслом сливочным 250 11,26 13,78 30 289,06 1,95 0,1 145 186,25 158 45 0,59

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311

Крупа рис круглозерный*	48,00	48												
Сахар*	0,40	0,4												
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,30	0,3												
Молоко цельное*	150,00	150												
Вода	64,00	64												

Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/150) 200 4,92 3,87 20 132,35 1,95 0,06 0,03 180,2 135 21 0,12

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689

Кофейный напиток*	4,00	4												
Молоко цельное*	150,00	150												
Сахар*	10,00	10												



Вода	60,00	60												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		24	96,4	9	0,02	25	24	22	12	3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок 0,2л(т/п)*	200,00	200												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				24,18	23,55	97,5	696,51	18	0,24	222,75	495,15	418	91,35	4,24

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
Завтрак			570	22,17	21,61	97,25	672,17	42,74	0,3	188,83	264,3	217,31	63,54	2,73
Жаркое с мясом			280	15,78	19,69	31,89	367,89	11,2	0,22	186,3	214	180,11	51,74	1,87
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №111														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	103,20	103,2												
Картофель (очищенный)*	155,00	155												
Лук репчатый (очищенный)*	30,00	30												
Морковь (очищенная)*	31,00	31												
Масло растительное*	5,00	5												
Томатная паста*	11,00	11												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,40	0,4												
Вода	25,00	25												
Лавровый лист*	0,05	0,05												
Зелень (укроп,петрушка)*	1,33	1												
Компот "Ягодно-фруктовый микс"			200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	9	7	6	0,5

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			560	25,54	10,07	77,6	503,19	15,1	0,23	180,97	309,91	279,1	65,92	2,98
Чахохбили			120	11,2	3,68	7,43	107,64	13,7	0,03	128	16,25	47,9	23	1,5
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №119														
Грудка куриная*	143,00	105												
Итого:				22,17	21,61	97,25	672,17	42,74	0,3	188,83	264,3	217,31	63,54	2,73

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
Завтрак			560	25,54	10,07	77,6	503,19	15,1	0,23	180,97	309,91	279,1	65,92	2,98
Чахохбили			120	11,2	3,68	7,43	107,64	13,7	0,03	128	16,25	47,9	23	1,5
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №119														
Грудка куриная*	143,00	105												



Лук репчатый (очищенный)*	52,00	52												
Томатная паста*	15,00	15												
Мука в/с*	3,00	3												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,30	0,3												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	0,50	0,5												
Вода	20,00	20												
Чеснок сушеный*	0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Макаронны отварные			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												

Кефир с сахаром

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	210	4,21	3,5	23,1	140,74	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2
Сахар*	10,00	10												

Хлеб пшеничный

Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2

Хлеб пшеничный*	30,00	30	30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36
-----------------	-------	----	----	------	------	-------	-------	--	------	--	---	------	-----	------

Хлеб ржано- пшеничный

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

Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20	20	1,6	0,3	8,8	44,3		0,02		35,3		1,6	
-----------------------	-------	----	----	-----	-----	-----	------	--	------	--	------	--	-----	--

Итого:

25,54 10,07 77,6 503,19 15,1 0,23 180,97 309,91 279,1 65,92 2,98

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
Завтрак			570	27,5	20,33	67,27	592,8	104,03	0,3	123,68	162,75	343,03	80,57	10,56
Котлета "Детская"			120	18,18	10,49	12,84	249,24	1	0,08	0,01	16,3	202,17	27,74	2,99

Лечебное питание детей в стационарах №2.6

Говядина*	90,10	90,1												
Лук репчатый (очищенный)*	10,00	10												
Хлеб пшеничный*	17,00	17												
Меланж*	3,00	3												
Вода	23,00	23												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,40	8												
Соль*	2,50	2,5												
Масло растительное*	5,00	5												

Сложный гарнир №2

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №553

Капуста тушеная	100,00	100												
Картофельное пюре	100,00	100												

Напиток из плодов шиповника

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705

Шиповник*	20,00	20	200	0,85		8,23	36,32	35	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25
Сахар*	7,00	7												
Вода	185,00	185												



Хлеб пшеничный	30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2													
Хлеб пшеничный*	30,00	30											
Хлеб ржано- пшеничный	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											
Итого:			27,5	20,33	67,27	592,8	104,03	0,3	123,68	162,75	343,03	80,57	10,56

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										
Завтрак													590	26,22	26,49	101,89	750,85	10,62	0,29	336,86	225,59	301,25	111,28	3,59
Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,15	236	192	220	58,3	1,44										

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374													
Минтай*	148,28	86											
Морковь (очищенная)*	50,00	50											
Лук репчатый (очищенный)*	50,00	50											
Томатная паста*	10,00	10											
Масло растительное*	3,00	3											
Соль*	0,30	0,3											
Сахар*	0,50	0,5											
Лимонная кислота*	0,05	0,05											
Лавровый лист*	0,07	0,07											

Рис припущенный			180	4,44	10	26	211,76	1,32	0,05	5,5	19,2	5,3	35,28	0,72
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №305														
Крупа рис пропаренный*	48,00	48												
Масло сливочное*	15,00	15												
Соль*	0,40	0,4												

Вафли			35	2,31	4,95	25,3	154,99							
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Вафли*	35,00	35												
Компот из кураги			200	1,25	0,07	12,3	54,83	5,6		95,36	0,14			0,02

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638														
Курага*	24,00	24												
Сахар*	7,00	7												
Вода	175,00	175												

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												
Хлеб пшеничный			30	2,29	0,24	14,76	70,36		0,04		6	30,2	4,2	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												

Итого:			26,22	26,49	101,89	750,85	10,62	0,29	336,86	225,59	301,25	111,28	3,59
---------------	--	--	--------------	--------------	---------------	---------------	--------------	-------------	---------------	---------------	---------------	---------------	-------------

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										
Завтрак													538	17,36	18,91	81,46	575,75	78	0,29	25	30,36	22,89	43,1	1,58
Азу "По-татарски"			250	12,87	18,3	25,25	317,18	78	0,2	25	15	2	25	0,1										

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	94,00	94												
Картофель (очищенный)*	121,00	121												
Огурцы консервированные (соленые)*	27,27	15												
Лук репчатый (очищенный)*	19,00	19												
Томатная паста*	10,00	10												
Масло растительное*	6,00	6												
Мука в/с*	3,00	3												
Сахар*	2,00	2												
Соль*	2,00	2												
Вода	64,00	64												
Пряник			28											
Пряник(пром.пр-во)*	28,00	28												
Чай с сахаром			200			21,97	87,88				0,3		0,05	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376														
Сахар*	15,00	15												
Чай*	1,00	1												
Вода	205,00	205												
Хлеб пшеничный			35	2,66	0,28	17,01	91,48		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			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:				17,36	18,91	81,46	575,75	78	0,29	25	30,55	70,5	43,4	1,58

Идентификатор документа 6833b1ec-c8d0-4be4-906d-5a72fd8c502e

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



Подписи отправителя:	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