

СОГЛАСОВАНО

Приложение № 2 к Техническому заданию

УТВЕРЖДЕНО

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

Руководитель Заказчика \_\_\_\_\_

**Примерное десятидневное циклическое 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	
<b>Завтрак</b>			<b>560</b>	<b>20,3</b>	<b>18,4</b>	<b>88,26</b>	<b>599,84</b>	<b>12,7</b>	<b>0,43</b>	<b>146,04</b>	<b>319,4</b>	<b>399,72</b>	<b>73,6</b>	<b>5,19</b>	
<b>Тефтели в соусе</b>			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													
<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>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>			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>			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>20,3</b>	<b>18,4</b>	<b>88,26</b>	<b>599,84</b>	<b>12,7</b>	<b>0,43</b>	<b>146,04</b>	<b>319,4</b>	<b>399,72</b>	<b>73,6</b>	<b>5,19</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>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>23,08</b>	<b>19,83</b>	<b>95,03</b>	<b>650,91</b>	<b>9,52</b>	<b>0,41</b>	<b>162,21</b>	<b>232,95</b>	<b>404,75</b>	<b>63,55</b>	<b>3,26</b>
<b>Батон с маслом сливочным и сыром</b>			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											
<b>Каша молочная пшеничная с курагой, со сливочным маслом</b>			260	8,6	7,25	26,5	205,65	2,4	0,28	87,3	49,3	124	17,7	1,49
Сборник рецептур обучающихся 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											
<b>Какао на цельном молоке (130/15/3)</b>			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											
<b>Вафли</b>			35	2,31	4,95	25,3	154,99							
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
	Вафли*	35,00	35											
<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>Итого:</b>			<b>23,08</b>	<b>19,83</b>	<b>95,03</b>	<b>650,91</b>	<b>9,52</b>	<b>0,41</b>	<b>162,21</b>	<b>232,95</b>	<b>404,75</b>	<b>63,55</b>	<b>3,26</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>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>26,62</b>	<b>25,68</b>	<b>91,23</b>	<b>702,18</b>	<b>28,78</b>	<b>0,32</b>	<b>405,25</b>	<b>284,95</b>	<b>240,3</b>	<b>76,79</b>	<b>5,19</b>
<b>Мясо тушеное в сметанном соусе</b>			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											



<b>Макароны отварные с овощами</b>	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										

<b>Компот "Ягодка"</b>	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										

<b>Хлеб пшеничный</b>	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										
-----------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<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>26,62</b>	<b>25,68</b>	<b>91,23</b>	<b>702,18</b>	<b>28,78</b>	<b>0,32</b>	<b>405,25</b>	<b>284,95</b>	<b>240,3</b>	<b>76,79</b>	<b>5,19</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>Завтрак</b>			<b>640</b>	<b>22,84</b>	<b>18,91</b>	<b>86,6</b>	<b>607,95</b>	<b>82,29</b>	<b>0,58</b>	<b>165,07</b>	<b>118,66</b>	<b>360,65</b>	<b>123,19</b>	<b>11,89</b>
<b>Котлета рыбная "Любительская" (горбуша)</b>			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										

<b>Картофель отварной</b>	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										

<b>Подгарнировка: Маринад овощной с томатом</b>	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													
<b>Напиток из плодов шиповника</b>			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													
<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>22,84</b>	<b>18,91</b>	<b>86,6</b>	<b>607,95</b>	<b>82,29</b>	<b>0,58</b>	<b>165,07</b>	<b>118,66</b>	<b>360,65</b>	<b>123,19</b>	<b>11,89</b>	
<b>5 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>Завтрак</b>			<b>670</b>	<b>21,56</b>	<b>18,82</b>	<b>75,84</b>	<b>548,28</b>	<b>6,78</b>	<b>0,23</b>	<b>190,09</b>	<b>267,45</b>	<b>455,4</b>	<b>61,6</b>	<b>7,21</b>	
<b>Чай с сахаром</b>			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													
<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 0,2л(т/п)*	200,00	200													
<b>Омлет натуральный, со сливочным маслом</b>			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													
<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>21,56</b>	<b>18,82</b>	<b>75,84</b>	<b>548,28</b>	<b>6,78</b>	<b>0,23</b>	<b>190,09</b>	<b>267,45</b>	<b>455,4</b>	<b>61,6</b>	<b>7,21</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>Завтрак</b>			<b>550</b>	<b>9,49</b>	<b>4,31</b>	<b>100,1</b>	<b>480,79</b>	<b>18,77</b>	<b>0,12</b>	<b>68,3</b>	<b>117,92</b>	<b>67,09</b>	<b>26,08</b>	<b>1,09</b>	
<b>Плов из куриной грудки</b>			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
<b>Завтрак</b>			<b>720</b>	<b>24,18</b>	<b>23,55</b>	<b>97,5</b>	<b>696,51</b>	<b>18</b>	<b>0,24</b>	<b>222,75</b>	<b>495,15</b>	<b>418</b>	<b>91,35</b>	<b>4,24</b>

**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												
<b>Сок фруктовый т/п</b>			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												
<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>24,18</b>	<b>23,55</b>	<b>97,5</b>	<b>696,51</b>	<b>18</b>	<b>0,24</b>	<b>222,75</b>	<b>495,15</b>	<b>418</b>	<b>91,35</b>	<b>4,24</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>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>22,17</b>	<b>21,61</b>	<b>97,25</b>	<b>672,17</b>	<b>42,74</b>	<b>0,3</b>	<b>188,83</b>	<b>264,3</b>	<b>217,31</b>	<b>63,54</b>	<b>2,73</b>
<b>Жаркое с мясом</b>			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												
<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>Пряник (40гр)</b>			40	2,3	1,18	29,6	138,22							
Пряник(пром.пр-во)*	40,00	40												
<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>			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>22,17</b>	<b>21,61</b>	<b>97,25</b>	<b>672,17</b>	<b>42,74</b>	<b>0,3</b>	<b>188,83</b>	<b>264,3</b>	<b>217,31</b>	<b>63,54</b>	<b>2,73</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>Завтрак</b>			<b>560</b>	<b>25,54</b>	<b>10,07</b>	<b>77,6</b>	<b>503,19</b>	<b>15,1</b>	<b>0,23</b>	<b>180,97</b>	<b>309,91</b>	<b>279,1</b>	<b>65,92</b>	<b>2,98</b>
<b>Чахохбили</b>			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. №111														
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												
<b>Макаронны отварные</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												

**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:** 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
<b>Завтрак</b>			<b>570</b>	<b>27,5</b>	<b>20,33</b>	<b>67,27</b>	<b>592,8</b>	<b>104,03</b>	<b>0,3</b>	<b>123,68</b>	<b>162,75</b>	<b>343,03</b>	<b>80,57</b>	<b>10,56</b>
<b>Котлета "Детская"</b>			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** 200 4,58 9,3 22,64 192,58 68,03 0,14 1,17 90,15 106,41 42,78 0,96

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** 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												







<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>	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>27,5</b>	<b>20,33</b>	<b>67,27</b>	<b>592,8</b>	<b>104,03</b>	<b>0,3</b>	<b>123,68</b>	<b>162,75</b>	<b>343,03</b>	<b>80,57</b>	<b>10,56</b>







## 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 12:06 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ" Корюкина Татьяна Геннадьевна, Директор	 Не требуется для подписания	6ED6A8B4CE2E4445D54DDBD26CB1EA32 с 05.03.2024 08:54 по 29.05.2025 08:54 GMT+03:00	10.01.2025 12:46 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа

СОГЛАСОВАНО

Приложение № 2 к Техническому Заданию

УТВЕРЖДЕНО

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

Кузнецова Людмила Владимировна

Руководитель Заказчика \_\_\_\_\_

## Примерное десятидневное 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>			810	30,4	29,09	114,44	841,14	34,45	0,4	281,09	242,35	368,08	66,18	6,5
<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>
-------------	--	--	------------	--------------	--------------	---------------	---------------	--	--	-----------	-------------	---------------	--------------	---------------	--------------	-------------

**Борщ с капустой и картофелем, со сметаной**

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														

**Бифштекс "Богатырь"**

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														

**Рагу овощное**

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

#### 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													
<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	

#### Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №180

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	

#### Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №199

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>	
<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>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 12:06 GMT+03:00  
377e288b-6dea-4375-8d26-66485b1c90f8

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												

<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 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												
<b>Рыба запеченая</b>			100	17,42	13,68	6,89	220,36	1,06	0,24	35,4	123,56	236,06	35,4	0,71
<b>Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №234</b>														
Горбуша*	181,54	118												
Мука в/с*	5,00	5												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												
<b>Картофельное пюре</b>			180	4,96	7,92	28,03	203,24	31,58	0,21	2,81	89,32	145,72	43,82	1,42
<b>Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128</b>														
Картофель (очищенный)*	154,00	154												
Молоко цельное*	35,00	35												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	1,00	1												
<b>Напиток фруктовый "Изюминка"</b>			200	0,78	0,13	23,6	98,69				0,14			0,02
<b>Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638</b>														
Изюм*	25,00	25												
Сахар*	7,00	7												
Вода	202,00	202												
<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>			30	2,4	0,45	12,3	62,85		0,05		10,5		14,1	1,7
<b>Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1</b>														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
<b>Итого:</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>







## 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 12:06 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ" Корюкина Татьяна Геннадьевна, Директор	 Не требуется для подписания	6ED6A8B4CE2E4445D54DDBD26CB1EA32 с 05.03.2024 08:54 по 29.05.2025 08:54 GMT+03:00	10.01.2025 12:46 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа