

Карп
(подпись)

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП "Комбинат питания"
[Подпись]
Милославский
«Комбинат питания»
обучающихся в образовательных учреждениях не менее 20% суточного рациона.
Итого: _____

	Наименование продукции	Единица измерения	Количество
г	* Витаминизированный сок	А, мг рет.	Кальций
94	мл	экв.	

Мишкарев А.Б.

76 (py

[illegible]

Завтрак			560														
Фишболы в сметанном соусе			140	8,4	11,4	9,3	173,4	1,9	0,1	66,5	124,1	240,2	49,1	1,5			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №394																	
Минтай*			120,69	70													
Крупа рис круглозерный*			3,00	3													
Хлеб пшеничный*			10,00	10													
Молоко цельное*			20,00	20													
Лук репчатый*			14,00	14													
Яйцо*			9,00	9													
Мука в/с*			9,00	9													
Соль*			0,30	0,3													
Масло растительное*			2,00	2													
Сметана*			20,00	20													
Масло сливочное*			2,00	2													
Мука в/с*			3,00	3													
Соль*			0,30	0,3													
Петрушка (сушеная)*			0,10	0,1													
Картофельное пюре			180	4,04	7,3	21,49	167,82	12,5	0,19	39,12	85,52	123,12	36	1,43			
Сборник для общ. учрежд., 2011г., Могильный №128																	
Картофель*			154,00	154													
Молоко цельное*			36,00	36													
Масло сливочное*			8,00	8													
Соль*			1,00	1													
Напиток из плодов шиповника			200	0,85			12,4	53	275	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705																	
Шиповник*			25,00	25													
Сахар*			7,00	7													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02			4	13	2,8	0,22		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																	
Хлеб пшеничный*			20,00	20													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04			6,6	36,6	10,8	0,8		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																	
Хлеб-ржано пшеничный*			20,00	20													
Итого:				16,28	19,12	60,01	477,24	289,4	0,37	228,12	235,22	417,17	102,95				
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			505														
Омлет натуральный, со сливочным маслом			260	26,14	27,7	15,6	416,26	0,98	0,12	361,9	182	400,01	30,86	4,5			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №340																	
Яйцо*			200,00	200													
Молоко цельное*			75,00	75													
Масло сливочное*			10,00	10													
Масло растительное*			5,00	5													
Соль*			1,30	1,3													
Чай с сахаром и молоком №2			200	3,22	2,6	11,72	83,16	1,5	0,04	13	129,9	106,5	22,8	1,66			
Сборник рецептов обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-Бли-2020(7-11 лет)																	
Чай*			2,00	2													
Молоко цельное*			100,00	100													
Сахар*			15,00	15													
Хлеб пшеничный			25	1,9	0,2	12,15	58		0,03			5	16,25	3,5	0,27		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																	
Хлеб пшеничный*			25,00	25													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04			6,6	36,6	10,8	0,8		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																	
Хлеб-ржано пшеничный*			20,00	20													
Итого:				32,72	30,76	46,57	594	2,48	0,23	374,9	323,5	559,36	67,96	7,23			
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			500														
Чахохбили			90	10,6	3,1	7,1	98,7	11,4	0,06	118	5,3	134,5	21	1,4			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493																	
Гуляш куриный (пром. пр-ва)*			58,00	58													
Лук репчатый*			42,00	42													
Томатная паста*			15,00	15													
Мука в/с*			2,00	2													
Масло растительное*			2,00	2													
Соль*			0,30	0,3													
Лимонная кислота*			0,10	0,1													
Сахар*			0,50	0,5													
Чеснок сушеный*			0,05	0,05													
Петрушка (сушеная)*			0,05	0,05													
Макароны отварные			150	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,1	10,3	42,7	7,6	0,77			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516																	
Макаронные изделия*			52,50	53													
Масло сливочное*			12,00	12													
Соль*			0,50	0,5													
Кефир с сахаром			215	5,6	6,4	23,19	172,76	1,4	0,06	0,04	240	190	28	0,2			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698																	
Кефир*			207,00	200													
Сахар*			15,00	15													
Хлеб пшеничный			25	1,9	0,2	12,15	58		0,03			5	16,25	3,5	0,27		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																	
Хлеб пшеничный*			25,00	25													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04			6,6	36,6	10,8	0,8		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																	
Хлеб-ржано пшеничный*			20,00	20													
Итого:				24,76	19,06	82,94	602,34	12,8	0,26	162,14	267,2	420,05	70,9	3,44			
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			505														
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			55	6,3	11,6	14,7	188,4	5,1	0,04	52,72	69,4	103,5	11,75	0,53			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10																	
Сыр*			15,15	15													
Масло сливочное*			10,00	10													
Хлеб пшеничный*			30,00	30													
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным			210	6,7	10,8	32,5	254	0,8	0,12	83,52	67,1	178,2	36,9	0,5			
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311																	
Крупа рис круглозерный*			40,00	40													
Сахар*			5,00	5													
Масло сливочное*			10,00	10													
Соль*			0,30	0,3													
Молоко цельное*			150,00	150													
Кофейный напиток на цельном молоке (6/15/200)			200	6,54	5,2	24,5	170,96	26	0,08	2,6	240	180	28	0,52			

Сборник рецептов 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												
Хлеб ржано-пшеничный			40	2,92	0,52	14,2	73,16		0,06		13,2	73,2	21,6	1,68
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	40,00	40												
Итого:				22,46	28,12	85,9	686,52	31,9	0,3	138,84	389,7	534,9	98,25	3,23
8 день 76 (руб)														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			500											
Запеканка картофельная с мясом, со сливочным маслом			190	16,7	15,05	30,3	323,45	6,16	0,5	70	181,7	135,9	52,8	2,3
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г. №210														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	50,00	50												
Гуляш куриный (пром. пр-ва)*	26,00	26												
Лук репчатый*	18,00	18												
Масло сливочное*	10,00	10												
Картофель*	168,00	168												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	5,62	3,6												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,50	0,5												
Подгариновка: Маринад овощной с томатом			60	0,72	5,64	4,2	70,44	1,68	0,02	197,76	20,04	25,92	13,56	0,36
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №78														
Морковь*	36,00	36												
Лук репчатый*	10,00	10												
Томатная паста*	5,00	5												
Масло растительное*	6,00	6												
Лимонная кислота*	0,10	0,1												
Сахар*	0,60	0,6												
Соль*	0,60	0,6												
Компот "Ягодный коктейль"			200	0,2	0,2	11,2	47,4	12,6		10,4	6,04	4,2	1,2	0,3
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №631														
Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	15,00	15												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	14,6	69,76		0,03		6	19,5	4,2	0,33
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				21,38	21,39	67,4	547,63	20,44	0,59	278,16	220,38	222,12	82,56	4,09
9 день 76 (руб)														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			540											
Шницель натуральный			100	15,6	20,3	12,5	295,1		0,68	49	100,95	158,35	22,93	1,2
Сборник для общ.учрежд. 2011г. Могиловый №265														
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	96,00	96												
Соль*	0,50	0,5												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	20,31	13												
Яйцо*	6,00	6												
Масло растительное*	1,80	1,8												
Капуста тушеная			200	4,2	4,6	19,88	137,72	33,13	0,06	137,3	109,34	81,63	35,25	1,58
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534														
Капуста*	229,00	229												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Морковь*	5,00	5												
Лук репчатый*	9,00	9												
Томатная паста*	15,00	15												
Мука в/с*	4,00	4												
Сахар*	2,50	2,5												
Соль*	0,40	0,4												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Компот "Фруктово-ягодный"			200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	9	7	6	0,5
Сборник рецептов обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4кн-2020 (7-11 лет)														
Смесь ягод (смородина, вишня, яблоко)*	15,00	15												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				22,99	25,52	61,4	567,24	64,67	0,82	188,83	229,89	296,58	77,78	4,3
10 день 76 (руб)														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины		Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			570											
Рыба, тушеная в томате с овощами			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,1	193	172,8	220,6	58,3	1,2
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374														
Мята*	148,28	86												
Морковь*	48,00	48												
Лук репчатый*	48,00	48												
Томатная паста*	6,00	6												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,50	0,5												
Сахар*	0,50	0,5												
Лимонная кислота*	0,05	0,05												
Лавровый лист*	0,01	0,01												
Рис припущенный			180	4,44	7,68	29,04	203,04	1,32	0,05	43,2	19,2	99,84	35,28	0,72
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г. №909														
Крупа рис пропаренный*	48,00	48,0												
Масло сливочное*	15,00	15												
Соль*	0,40	0,4												
Напиток из плодов шиповника			200	0,51		13,45	55,84	330	0,02	147	18	5,1	5,1	7,5
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705														
Шиповник*	30,00	30												
Сахар*	7,00	7												
Хлеб пшеничный			40	3,04	0,32	19,44	92,8		0,04		8	26	5,6	0,4
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано-пшеничный			30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Итого:				24,28	19,3	78,88	586,34	335,02	0,27	383,2	227,9	406,44	120,48	11,08