

(подпись)

АЮ":
бинат питания"
Мишкарев А.Б.

76 (руб)

76 (руб)76 (py6)76 (py6)76 (py6)

Завтрак			580														
Фишбопы 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 рецептур 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 обр.учрежд. 2011г., Могилев №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 рецептур 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	10,2			
5 день																	76 (ру)
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 рецептур 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 рецептур обучающимся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-8-и-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																	76 (ру)
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			485														
Чахохбили			90	10,6	3,1	7,1	98,7	11,4	0,06	118	5,3	134,5	21	1,4			
Сборник рецептур 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			160	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,1	10,3	42,7	7,6	0,77			
Сборник рецептур 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													
Компот из черной смородины			200	0,3	0,1	8,7	35,7	24	0,01	3,6	10	9	8	0,4			
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698																	
Смородина черная с/м*			20,00	20													
Сахар*			7,00	7													
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:				19,46	12,76	68,45	465,28	35,4	0,21	165,7	37,2	239,05	50,9	3,64			
7 день																	76 (ру)
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 рецептур 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 рецептур 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	4,83	3,9	17,1	122,82	1,95	0,06	19,5	184	135	21	0,31			

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:				20,75	26,82	78,5	638,38	7,85	0,28	155,74	333,7	489,9	91,25	3,02						

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

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												

Поджаривовка: Маринад овощной с томатом

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"

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №631

Смесь ягод (клюквы, брусники, 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 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

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

Шницель натуральный

Сборник для общ. учрежд. 2011г. Могилинский №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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №634

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"

Сборник рецептов обучающихся 1-4х классов Новосибирск 2020 №54-4ж-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 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

Рыба, тушеная в томате с овощами

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374

Минтай*	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

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

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 ржано-пшеничный			30	2,19	0,26	0,4	10,65		6		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	19,16	68,63	542,03	335,02	6,21	383,02	227,9	406,44	120,48	11,08

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, cursive letters, positioned above a horizontal line.