

(подпись)

[illegible]

УТВЕРЖДАЮ  
Владимирова

Циона)-

[illegible]

| Напиток "Дары осени"                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Сборник для обр. учрежд., 2011г., Могильный №388                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соль*                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 200                                                                                                                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1,1 0,06 23 96,94 2,3 87,3 0,03                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Курага*                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10,00 10                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Изюм*                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10,00 10                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар*                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15,00 15                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 1,83 0,33 17 78,29 0,05 8,25 45,75 13,5 1,05                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб-ржано-пшеничный*                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 25,00 25                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3,06 0,38 28,5 129,66 0,04 8 5,8 0,44                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный*                                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 40,00 40                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 30,4 29,15 123,03 876,04 0,4 281,09 242,35 388,08 66,18 6,5                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого:                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 день                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Химический состав                                                                                                             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Наименование блюда                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Брутто, г                                                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нетто, г                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Выход, г                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Жиры, г                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Угл., г                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Эц, ккал                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| С, мг                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Витамин                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| В1, мг                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| А, мг рет.                                                                                                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кальций                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фосфор                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Минералы, мг                                                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Магний                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Железо                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Обед</b>                                                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп-пюре из картофеля, с сухариками                                                                                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. 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                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 100 15,26 15,23 16,23 263,03 4 0,11 86,25 129 126,2 33,8 1,52                                                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Наггетсы "Детские"                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 3,3 20,17 116,78 15 0,08 137 109 79,14 39,89 1,23                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Капуста тушеная                                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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                                                                                                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 200 6,8 5 13,56 126,44 2,6 0,08 3 63,3 180 28 0,15                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай на молоке с сахаром                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сборник рецептур обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-6г-2020(7-11 лет)                                             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай*                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4,00 4                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



[illegible]

[illegible]



[illegible]

| Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2                                                                                                  |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|----------|---------|---------|----------|--------|--------|-----------------|---------|
| Хлеб пшеничный*                                                                                                                                         |  | 40,00    | 40       | 3,2     | 0,6     | 21       | 102,2  | 0,07   | 14              | 18,8    |
| Хлеб ржано- пшеничный                                                                                                                                   |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1                                                                                                  |  | 40,00    | 40       |         |         |          |        |        |                 |         |
| Хлеб-ржано пшеничный*                                                                                                                                   |  | 40,00    | 40       | 32,8    | 28,08   | 127,1    | 892,32 | 0,61   | 235,54          | 456,74  |
| Итого:                                                                                                                                                  |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| 6 день                                                                                                                                                  |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Наименование пищевых веществ                                                                                                                            |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Химический состав                                                                                                                                       |  | Витамины |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Брутто, г                                                                                                                                               |  | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | Эц, ккал | С, мг  | В1, мг | А, мг рет. зид. | Кальций |
| Нетто, г                                                                                                                                                |  |          |          |         |         |          |        |        |                 | Фосфор  |
| Наименование блюда                                                                                                                                      |  |          |          |         |         |          |        |        |                 | Магний  |
|                                                                                                                                                         |  |          |          |         |         |          |        |        |                 | Железо  |
| <b>Обед</b>                                                                                                                                             |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Суп-пюре из разных овощей, с сухариками                                                                                                                 |  | 1 040    | 37,51    | 27,06   | 129,97  | 899,88   | 9,13   | 0,41   | 232,97          | 521,81  |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168                           |  | 270      | 6,27     | 5,3     | 6,9     | 100,38   | 0,19   | 0,15   | 135             | 176     |
| Морковь (очищенная)*                                                                                                                                    |  | 30,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Капуста (очищенная)*                                                                                                                                    |  | 20,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Картофель (очищенный)*                                                                                                                                  |  | 22,50    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лук репчатый (очищенный)*                                                                                                                               |  | 10,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Мука в/с*                                                                                                                                               |  | 4,00     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Масло сливочное*                                                                                                                                        |  | 8,00     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Молоко цельное*                                                                                                                                         |  | 100,00   |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Соль*                                                                                                                                                   |  | 0,50     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Вода                                                                                                                                                    |  | 100,00   |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Хлеб пшеничный (для сухарей)*                                                                                                                           |  | 31,25    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лавровый лист*                                                                                                                                          |  | 0,02     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| <b>Мясо тушеное в сметанном соусе</b>                                                                                                                   |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437                           |  | 100      | 14,43    | 14,93   | 5,76    | 212,25   | 1,54   | 0,01   | 10              | 13,45   |
| Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*                                                                                                                     |  | 83,40    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Масло растительное*                                                                                                                                     |  | 5,00     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лук репчатый (очищенный)*                                                                                                                               |  | 15,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Сметана*                                                                                                                                                |  | 10,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Мука в/с*                                                                                                                                               |  | 6,00     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Соль*                                                                                                                                                   |  | 0,30     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Вода                                                                                                                                                    |  | 30,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лавровый лист*                                                                                                                                          |  | 0,02     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Укроп (сушеный)*                                                                                                                                        |  | 0,10     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| <b>Макароны отварные</b>                                                                                                                                |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516                           |  | 180      | 6,24     | 2,35    | 23,51   | 140,15   |        | 0,08   | 52,93           | 12,36   |
| Макаронные изделия*                                                                                                                                     |  | 63,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Масло сливочное*                                                                                                                                        |  | 12,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Соль*                                                                                                                                                   |  | 0,60     |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| <b>Кефир с сахаром</b>                                                                                                                                  |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания. Издание шестое, переизданное. Часть 2. Уфа 2023. ООО "Фирма партн |  | 210      | 4,21     | 3,5     | 23,1    | 140,74   | 1,4    | 0,06   | 0,04            | 240     |
| Кефир*                                                                                                                                                  |  | 207,00   |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Сахар*                                                                                                                                                  |  | 10,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                   |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2                                                                                                  |  | 40       | 3,2      | 0,6     | 21      | 102,2    |        | 0,07   | 14              | 18,8    |
| Хлеб пшеничный*                                                                                                                                         |  | 40,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| <b>Хлеб ржано- пшеничный</b>                                                                                                                            |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1                                                                                                  |  | 40       |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| Хлеб-ржано пшеничный*                                                                                                                                   |  | 40,00    |          |         |         |          |        |        |                 |         |
| <b>Сок фруктовый т/л (н)</b>                                                                                                                            |  |          |          |         |         |          |        |        |                 |         |



| Лечебное питание детей в стационарах №1,16                                                                                    |  |                |          |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------|----------|-------------------|---------|----------|-------|--------|------------|---------|--------|--------|--------|------------------------------|--------|------|
| Итого:                                                                                                                        |  | Сок 0.2л(г/л)* |          | 200,00            | 200     | 37,51    | 27,06 | 129,97 | 899,88     | 9,13    | 0,41   | 232,97 | 521,81 | 486,75                       | 130,12 | 6,75 |
| 7 день                                                                                                                        |  |                |          |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Наименование блюда                                                                                                            |  | Брутто, г      | Нетто, г | Химический состав |         |          |       |        |            |         |        |        |        | Наименование пищевых веществ |        |      |
| Обед                                                                                                                          |  | Выход, г       | Белки, г | Жиры, г           | Угл., г | Эн. ккал | С, мг | В1, мг | А, мг рет. | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |                              |        |      |
| Суп куриный с вермишелью                                                                                                      |  | 810            | 29,92    | 30,08             | 116,75  | 857,4    | 14,6  | 0,61   | 230,3      | 308,29  | 463,76 | 116,93 | 8,79   |                              |        |      |
| Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147 |  | 250            | 6,3      | 6,2               | 31,01   | 205,04   | 11,65 | 0,1    | 152,1      | 13,92   | 78,3   | 43,8   | 0,7    |                              |        |      |
| Груля 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      |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Омлет с сыром, со сливочным маслом                                                                                            |  | 240            | 16,2     | 21,47             | 16,9    | 325,63   | 1,24  | 0,16   | 4,6        | 190     | 362    | 32,6   | 4,83   |                              |        |      |
| Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342 |  | 190,00         | 190      |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Меланж*                                                                                                                       |  | 95,00          | 95       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Молоко цельное*                                                                                                               |  | 2,00           | 2        |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Масло растительное*                                                                                                           |  | 1,10           | 1,1      |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Соль*                                                                                                                         |  | 25,25          | 25       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Сыр*                                                                                                                          |  | 10,00          | 10       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Подгариновка: Икра "Витаминка"                                                                                                |  | 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                                                                        |  | 32,00          | 32       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Морковь (очищенная)*                                                                                                          |  | 20,00          | 20       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Курага*                                                                                                                       |  | 2,00           | 2        |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Сахар*                                                                                                                        |  | 0,10           | 0,1      |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Лимонная кислота*                                                                                                             |  | 3,00           | 3        |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Масло растительное*                                                                                                           |  | 0,20           | 0,2      |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Соль*                                                                                                                         |  | 200            | 0,5      | 0,09              | 10,13   | 43,33    | 0,11  | 0,06   | 24         | 14,19   |        | 8,07   | 0,89   |                              |        |      |
| Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. №864                          |  | 30,00          | 30       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Сухофрукты*                                                                                                                   |  | 10,00          | 10       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Сахар*                                                                                                                        |  | 202,00         | 202      |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Вода                                                                                                                          |  | 40             | 3,06     | 0,38              | 28,5    | 129,66   |       | 0,04   |            | 8       | 5,8    |        | 0,44   |                              |        |      |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,2                                                                         |  | 30             | 2,4      | 0,45              | 15,8    | 76,85    |       | 0,05   |            | 10,5    |        | 14,1   | 1,7    |                              |        |      |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                |  | 40,00          | 40       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Хлеб пшеничный*                                                                                                               |  | 30             | 2,4      | 0,45              | 15,8    | 76,85    |       | 0,05   |            | 10,5    |        | 14,1   | 1,7    |                              |        |      |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,1                                                                         |  | 30,00          | 30       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                          |  | 29,92          | 30,08    | 116,75            | 857,4   | 14,6     | 0,61  | 230,3  | 308,29     | 463,76  | 116,93 | 8,79   |        |                              |        |      |
| Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15,1                                                                         |  | 30,00          | 30       |                   |         |          |       |        |            |         |        |        |        |                              |        |      |
| Хлеб ржано-пшеничный*                                                                                                         |  | 29,92          | 30,08    | 116,75            | 857,4   | 14,6     | 0,61  | 230,3  | 308,29     | 463,76  | 116,93 | 8,79   |        |                              |        |      |

| 8 день                                                                                                                        |                   |          |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------|------------------------------|----------|---------|---------|----------|-------|--------|------------|---------|--------|--------------|
| Наименование блюда                                                                                                            | Химический состав |          | Наименование пищевых веществ |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
|                                                                                                                               | Брутто, г         | Нетто, г | Выход, г                     | Болпи, г | Жиры, г | Угл., г | Эц, ккал | С, мг | В1, мг | А, мг рет. | Кальций | Фосфор | Минералы, мг |
| <b>Обед</b>                                                                                                                   |                   |          |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Суп картофельный с бобовыми, с гречками                                                                                       |                   |          | 965                          | 29,26    | 27,91   | 122,9   | 849,13   | 16,03 | 0,46   | 274,3      | 427,28  | 356,66 | Железо 8,43  |
| Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139 |                   |          | 270                          | 5,95     | 7,9     | 17,3    | 164,1    | 6,75  | 0,33   | 12,3       | 97      | 112,13 | 37,1         |
| Крупа горох*                                                                                                                  | 15,00             | 15       |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Картофель (очищенный)*                                                                                                        | 45,00             | 45       |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Морковь (очищенная)*                                                                                                          | 10,00             | 10       |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Лук репчатый (очищенный)*                                                                                                     | 2,50              | 2,5      |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Масло растительное*                                                                                                           | 0,40              | 0,4      |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Соль*                                                                                                                         | 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      |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Плов с мясом                                                                                                                  |                   |          | 230                          | 17,18    | 19,3    | 18      | 314,42   | 2,4   | 0,02   | 150        | 187,83  | 82,56  | 2,35         |
| Сборник для общ. учрежд., 2011 г., 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     |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Компот из кураги                                                                                                              |                   |          | 200                          | 1,14     |         | 20,9    | 88,16    | 0,88  | 0,02   | 77         | 68,2    | 32,12  | 23,1         |
| Сборник рецептур 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      |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                          |                   |          | 25                           | 1,63     | 0,33    | 17      | 78,29    |       | 0,05   |            | 8,25    | 45,75  | 13,5         |
| Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1                                                                       |                   |          |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Хлеб-ржано-пшеничный*                                                                                                         | 25,00             | 25       |                              |          |         |         |          |       |        |            | 8       | 5,8    | 0,44         |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                |                   |          | 40                           | 3,06     | 0,38    | 28,5    | 129,66   |       | 0,04   |            |         |        |              |
| Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2                                                                       |                   |          |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Хлеб пшеничный*                                                                                                               | 40,00             | 40       |                              |          |         |         |          |       |        |            | 35      | 58     | 28           |
| Сок фруктовый т/п (н)                                                                                                         |                   |          | 200                          | 0,1      |         | 21,2    | 74,5     | 6     |        |            |         |        | 1,9          |
| Лечебное питание детей в стационарах №1.16                                                                                    |                   |          |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Сок 0,2л(т/п)*                                                                                                                | 200,00            | 200      |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Итого:                                                                                                                        |                   |          | 29,26                        | 27,91    | 122,9   | 849,13  | 16,03    | 0,46  | 274,3  | 427,28     | 356,66  | 120,84 | 8,43         |
| <b>9 день</b>                                                                                                                 |                   |          |                              |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
| Наименование блюда                                                                                                            | Химический состав |          | Наименование пищевых веществ |          |         |         |          |       |        |            |         |        |              |
|                                                                                                                               | Брутто, г         | Нетто, г | Выход, г                     | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | Эц, ккал | С, мг | В1, мг | А, мг рет. | Кальций | Фосфор | Минералы, мг |
| Обед                                                                                                                          |                   |          | 810                          | 32,2     | 20,38   | 117,26  | 781,6    | 50,95 | 0,48   | 201,02     | 198,56  | 484,46 | Железо 5,65  |



**Борщ Сибирский, со сметаной**

[illegible]





(убеда, не менее суточного рациона, продукты).

..... замінялися уацфрїуїаїмі (кїраїї), пїчїнь гївяїкїя замієнаїа мїєю, тїрої замієнї мїєю і рїбїї, мїлоїо замієнїо їїїїїї.

Полянская О.Н.

Алхимова К.Н.

**Ведомость контроля за рационом питания по примерному десятидневному  
циклическому меню для организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Кургана  
в возрасте с 12 до 18 лет (обед, не менее 30% суточного рациона, пищевые вещества).**

| №<br>п/п | Наименование группы<br>продуктов  | Норма<br>пищевых<br>веществ<br>(г., мг.) | Фактически выдано пищевых веществ в нетто по дням всего, (гр., мг.) на одного человека |           |           |           |           |           |           |           |           |            | В<br>среднем<br>за 10 дней |
|----------|-----------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|----------------------------|
|          |                                   |                                          | 1<br>день                                                                              | 2<br>день | 3<br>день | 4<br>день | 5<br>день | 6<br>день | 7<br>день | 8<br>день | 9<br>день | 10<br>день |                            |
| 1        | Белки (г)                         | 27,0                                     | 30,40                                                                                  | 31,15     | 30,89     | 33,23     | 32,8      | 37,51     | 29,92     | 29,26     | 32,20     | 28,41      | 31,58                      |
| 2        | Жиры (г)                          | 27,6                                     | 29,15                                                                                  | 29,56     | 28,85     | 37,93     | 28,08     | 27,06     | 30,08     | 27,91     | 20,38     | 27,86      | 28,68                      |
| 3        | Углеводы (г)                      | 114,9                                    | 123,03                                                                                 | 112,66    | 111,08    | 118,37    | 127,10    | 129,97    | 116,75    | 122,90    | 117,26    | 124,56     | 120,37                     |
| 4        | Энергетическая ценность<br>(ккал) | 816,0                                    | 876,04                                                                                 | 841,28    | 827,53    | 947,77    | 892,32    | 899,88    | 857,40    | 849,13    | 781,60    | 862,63     | 863,56                     |
| 5        | В1 (мг)                           | 0,42                                     | 0,40                                                                                   | 0,59      | 0,54      | 1,12      | 0,61      | 0,41      | 0,61      | 0,46      | 0,48      | 0,69       | 0,59                       |
| 6        | С (мг)                            | 21,0                                     | 34,45                                                                                  | 43,90     | 44,00     | 32,76     | 19,62     | 9,13      | 14,60     | 16,03     | 50,95     | 37,75      | 34,09                      |
| 7        | А (мг. рет. экв./сут)             | 270,0                                    | 281,09                                                                                 | 379,25    | 353,55    | 218,89    | 235,54    | 232,97    | 230,30    | 274,30    | 201,02    | 327,46     | 273,44                     |
| 8        | Са (кальций, мг)                  | 360,0                                    | 242,35                                                                                 | 485,80    | 294,30    | 413,14    | 456,74    | 521,81    | 308,29    | 427,28    | 198,56    | 378,63     | 372,69                     |
| 9        | Р (фосфор, мг)                    | 360,0                                    | 368,08                                                                                 | 545,54    | 256,34    | 447,22    | 445,65    | 486,75    | 463,76    | 356,66    | 484,46    | 574,39     | 442,89                     |
| 10       | Мg (магний, мг)                   | 90,0                                     | 66,18                                                                                  | 167,99    | 89,59     | 173,41    | 152,19    | 130,12    | 116,93    | 120,84    | 144,72    | 185,95     | 134,79                     |
| 11       | Fe (железо, мг)                   | 5,4                                      | 6,50                                                                                   | 7,15      | 4,92      | 11,66     | 5,87      | 6,75      | 8,79      | 8,43      | 5,65      | 8,53       | 7,3                        |

Главный технолог



Полянская О.Н.

Технолог



Алхимова К.Н.