C	ОГЛАСОВАНО		УТВЕРЖД	ДАЮ
Директор МБОУ "СОШ № 49"	Комарских Светлана Ивановна	Врио директора МУП "Комбинат		Истомина Ольга Леонидовна
	подпись	питация"	(подпись)	

## Примерное десятидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ "СОШ № 49" для возратной категории от 7 до 11 лет (завтрак, не менее 20% суточного рациона).

## ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-4 классы

					1 де	НЬ									
				Хи	мический сос	став			Наименование пищевых веществ						
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	_	_			_		Витамины		Минералы, мг				
	,,,,,	,	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	A, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак			500	17,36	16,19	73,72	532,87	12,7	0,32	140,34	278	249,6	67,7	2,78	
Тефтели в соусе			120	8,6	10,23	7,6	156,87	11,3	0,12	120	22,8	21,3	26,9	1	
Сборник рецептур блюд и кулинарных из,	делий дл	ія предпр	о йитки	бществен	ного пита	идп кина	общеобра	зователь	ьных школ	пах, 2004	г. №462				
Тефтели (пром-ного пр-ва)*				1		· ·	1			I '					
Масло растительное*	2,00														
. Мука в/с*	1,35	1,35													
Морковь (очищенная)*	5,00	5													
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5													
Томатная паста*	5,00	5													
Caxap*	0,30	0,3													
Соль*	0,50	0,5													
Лавровый лист*	0,02														
Вода	,														
Укроп (сушеный)*	0,03	0,03													
Каша гречневая			150	3,02	2,3	33,3	165,98		0,12	20,3	11,2	25,3	10	1,36	
Сборник рецептур блюд и кулинарных из,	делий дл	я предпр	иятий об	бшествен	ного пита	иап кин	обшеобра	зователь	ьных школ	ıax. 2004	г. №508		•	•	
Крупа гречневая*	50,00			1		1	1			ĺ					
Масло сливочное*	5,00														
Соль*	0,20														
Вода	120,00	120													
Кефир с сахаром	<u> </u>		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 кул	тинарных	к издели	й для шко	ольного п	итания. И	1здание ш	естое, пе	ереиздан	юе. Част	ь 2.Уфа 2	023. 000	"Фирма	Партн	
№645,сб 1996г	'''	'	• • •					,					'	•	
Кефир*	207,00	200		1			1				l				
Сахар*	10.00														
Хлеб пшеничный	10,00		20	1,53	0,16	9,72	69,28		0,02		4	13	2,8	0,22	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно	ва 1995г	.) №15.2													
Хлеб пшеничный*															
Итого:				17,36	16,19	73,72	532,87	12,7	0,32	140,34	278	249,6	67,7	2,78	
					2 де	НЬ									
				Хи	мический сос					Наимено	вание пищевь	іх веществ			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г							Витамины	Пer	едан через Ди	алок зМинера	9495-94 GMT=	-03:00	
	]	, .	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С. мг	В1, мг	А, мг рет.	100bCf	8-a <b>94a-406</b> b-a	406-25020-2	CZOGE .	

Завтрак			520	20,86	21,57	77,73	588,49	12,87	0,38	158,22	349,79	388,55	68,25	2,9
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 изд	делий дл	я предпр	оиятий об	бществен	ного пита	идп кин	общеобра	азователь	ьных школ	пах, 2004	г. №10	•		•
Сыр*	15,15			]										
Масло сливочное*	10,00													
Батон "Молочный"*	25,00												L	
Каша молочная пшенная с курагой, со	сливочн	ЫМ	210	6,52	2,14	12,6	95,74	1,95	0,23	70,3	86	100,3	21,3	1,21
маслом			210	0,52	2,14	12,0	95,74	1,95	0,23	70,5	00	100,5	21,0	1,21
Сборник рецептур обучающимся 1-4-х кла	ассов Но	восибир	ск 2020 N	№54-8к-20	20(7-11л	ет)								
Крупа пшено*	40,00	40			,									
Молоко цельное*	150,00													
Вода	20,00												L	
Курага*	8,00													
Caxap*	5,00												<b>├</b>	
Соль*	0,40												├──	
Масло сливочное*	10,00	10	200	E 10	2.5	10.0	83.82	2.02	0.06	25.2	106 14	120 5	21.7	0.11
Какао на цельном молоке (155/7/2)	-			5,13	2,5	10,2	,-	2,02	0,06	35,2	186,14	139,5	21,7	0,11
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд			о йиткис	ществен	ного пита	ния при	оощеобра	азователь	ьных школ	nax, 2004	г. №693	T		
Какао*	2,00												<del>                                     </del>	-
Молоко цельное*	155,00 7,00												<del></del>	
Сахар* Вода	60,00					-							<del> </del>	
Хлеб ржано- пшеничный	00,00	00	25	1,83	0,33	17,23	79,21		0.05		8,25	45,75	13,5	1,05
	1005-	\ No.4.E. 4	20	1,00	0,00	17,20	13,21		0,03		0,23	45,75	10,0	1,03
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно			1	1	Т	1	1	1	1	T	1	1		1
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25		4.00	44	00	405.00	0.0					<b>├</b> ──	
Вафли "Снежинка"	0000 11	0.1.1	35	1,08	11	23	195,32	3,8					<u> </u>	
Лечебное питание. Преображенская Э.Н.					1					1	1	1		
Вафли "Снежинка"*	35,00	35						40.00		450.00				
Итого:				20,86	21,57	77,73	588,49	12,87	0,38	158,22	349,79	388,55	68,25	2,9
					3 де	НЬ								
				Хи	мический сос	став				Наимено	вание пищевь			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	D	F	36	V	2		Витамины	Т .		Минера	лы, мг	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	A, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			500	21,35	16,87	79,98	559,69	29,58	0,22	141,85	288,44	229,24	55,27	2,21
			90	12,46	12,45	3,32	175,17	2,08	0.02	20	219	124	23,3	0,2
Мясо тушеное в сметанном соусе									-,-		_	124	23,3	0,2
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд			о интрис	т	ного пита	ния при	оощеоора	азователь	ьных школ	iax, 2004	1. №437	ı		1
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)* Масло растительное*	69,00 4,00												<b>├</b> ──	
Лук репчатый (очищенный)*	20,00					1		<b>+</b>					<del>                                     </del>	
Сметана*	20,00												<del>                                     </del>	
Мука в/с*	6,00													
Соль*														
Вода														
Лавровый лист*	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Макароны отварные с овощами			150	5,51	3,74	27,3	164,9	4,6	0,1	21,6	24,04	65,44	21,26	1
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд	цели <mark>й д</mark> л	я предпр	о йиткис	бществен	ного пита	ания при	общеобра	азователь	ьных школ	пах, <u>2004</u>	г. №516			<u> </u>
Макаронные изделия*	34,00	34												
Горошек зелёный*	15,38	10								Пои	олан нороз Ли	20.00.20	24 12:24 GMT+	103:00
									+	let.	едан через ли	IdДOK 3U.U8.ZUz		
Торошек зеленый Томатная паста* Морковь (очищенная)*	9,00	9								Пер	едан через ди 1ccb6f	адок 30.08.202 8-а94а-406b-а	а486-35030a2i Страница 2	<b>6</b> 7965 =

B 0/	00.00	00		1	1				1	1				
Лук репчатый (очищенный)*	22,00													
Масло сливочное*	5,00													
Соль*	0,30													
Вода	221,00	221	000	0.40	0.44	0.75	20.05	00.0	0.00	400.05	0.0	0.0	7.05	0.05
Компот "Ягодка"			200	0,18	0,11	8,75	39,25	22,9	0,06	100,25	9,8	9,6	7,85	0,35
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд			о йиткис	бществен	ного пита	ания при	общеобра	азователь	ьных школ	тах, 2004	. г. №635			
Смесь ягод "Вкус лета"*	25,00													
Caxap*	7,00													
Вода	180,00	180												
Хлеб пшеничный			30	1,16	0,21	19,25	83,53		0,04		35,6	30,2	2,1	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно	ва 1995г	.) №15.2												
Хлеб пшеничный*														
Хлеб ржано- пшеничный		•	30	2,04	0,36	21,36	96,84						0,76	0,3
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно	ра 1005г	\ No15_1		_,-,- :				<u> </u>	<u> </u>	1	<u> </u>	<u> </u>	-,	-,-
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00		1	1	1	1	I	ī	ī	1	ı	1		
	30,00	30		21,35	16,87	79.98	559,69	29,58	0,22	141,85	288,44	229,24	55,27	2 24
Итого:				21,35			559,69	29,56	0,22	141,00	200,44	229,24	55,27	2,21
					4 де	НЬ								
				Хи	мический со	став				Наимено	вание пищевь	іх веществ		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	_	_					Витамины			Минера	лы, мг	
	''	,	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			000	40.00	40.05	74 75	500 50	00.00	0.5	ЭКВ.	040.00	004.74	74.00	0.00
_			600	18,06	16,05	71,75	526,53	80,39	0,5	164,37	212,88	361,74	71,36	9,88
Котлета рыбная "Любительская" (горб	уша)		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 изд	делий дл	ія предпр	о йиткис	бществен	іного пита	ния при	общеобра	азователь	ных школ	пах, 2004	г. №390			
Горбуша*		68												
Морковь (очищенная)*	25,00													
Хлеб пшеничный*	8,00	8												
Лук репчатый (очищенный)*	7,00													
Молоко цельное*	10,00													
Меланж*	7,00													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	10,94													
Соль*	0,20													
Масло растительное*	2,00	2												
Подгарнировка: Маринад овощной с то	матом		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 изд	делий дл	я предпр	о йиткис	бществен	іного пита	ния при	общеобра	азователь	ных школ	тах, 2004	г. №78			
Морковь (очищенная)*	40,00			·										
Лук репчатый (очищенный)*	12,00													
Томатная паста*	7,00													
Масло растительное*	3,50													
Лимонная кислота*	0,10													
Caxap*	0,60													
Соль*	0,20													
Вода	25,20	25,2							_				_	
Картофель отварной			200	2,16	4,45	26,35	154,09	41,1	0,25	1,75	96,6	120,69	7,32	1,86
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.К	оровка. Г	Термь,20	008r <mark>№2</mark> 3	19										
Картофель (очищенный)*														
Масло сливочное*														
Соль*														
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 изд	тепий лп	я прелп			НОГО ПИТА		1						•	
Шиповник							<u> тадоорс</u>		b./\ m\\01		едан через Ди	адок 30.08.202	14 12:24 GMT+	03:00
Сахар*		7	<del>                                     </del>			<del>                                     </del>	1		1			8-a94a-406b-a	1486-35030a2	5 <b>79</b> 65 =
σαλαρ	. ,50	· · · · · ·			1	1		1	1				Страница 3	3 из 8 🔪 💳

Вода	185,00	185			ı			1	1	1	ı	ı	I	1
Хлеб пшеничный	100,00	100	20	1,53	0.16	9.72	69,28		0.02		4	13	2,8	0,22
	100E-	\ No4E 0	20	1,55	0,10	9,12	09,20		0,02		4	13	2,0	0,22
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно		<i>-</i>	1	1	T	1	_	1	1	T			1	ı
Хлеб пшеничный*	20,00	20		4.00	0.04	40.0	70.4				05.0		4.0	
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно							-		_				-	
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				18,06	16,05	71,75	526,53	80,39	0,5	164,37	212,88	361,74	71,36	9,88
					5 де	НЬ								
				Хи	мический сос			1		Наименов	вание пищевь	іх веществ		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г							Витамины			Минера	лы, мг	
		,	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	A, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак	•	•	605	21,15	16,66	73,42	540,36	6,59	0,13	150	223,04	379,12	54,06	5,38
Омлет натуральный, с маслом сливоч	ным		165	17,66	16,26	19,2	293,78	0,59	0,11	115	125,6	287,82	21,66	3,24
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильн			.00	,00	.0,20	, _	200,.0	0,00	0,		0,0	201,02	_ :,00	0,2 :
Соорник для оор.учрежд.,20 г п.,могильн Меланж*	ыи <b>№</b> 2 г г 128,00		ı	ı	l	l	I	ı	I	ı	l	l	l	ı
меланж <sup>*</sup> Молоко цельное*	45,00			<del>                                     </del>			1	<del>                                     </del>						
Масло растительное*	3,00						<del>                                     </del>							
Соль*	0,30			<u> </u>										
Масло сливочное*	5,00													
Чай с сахаром			200	0,5		7,1	30,4				0,14			0,02
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильн	ый No376		1					1	1	ı			ı	,
Сахар*	7,00		1	1		1		1	1	I				I
<u> Салар</u> Чай*	2,50													
Вода														
Хлеб пшеничный			20	1,53	0.16	9.72	69,28		0.02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно	ва 1005г	\ No15.2		,		- ,							,-	- ,
Улеб пшеничный*														
Хлеб ржано- пшеничный	20,00	20	20	1,36	0,24	16,2	72,4				35.3		1,6	
	no 100Es	\ No1E 1	20	1,00	0,24	10,2	12,7	<u> </u>	l		55,5	<u> </u>	1,0	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно			1	1	1	ı		•	1	ı	1	1	ı	ı
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20	200	0.4		04.0	74.5			35	58	70.0	00	1.0
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,5	6		35	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №														
Сок(т/п)*	200,00	200												
Итого:				21,15	16,66	73,42	540,36	6,59	0,13	150	223,04	379,12	54,06	5,38
					6 де	НЬ								
				Хи	мический сос					Наименов	вание пищевь	их веществ		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	_	_			_		Витамины			Минера	лы, мг	
	1.3		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	A, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			500	16,74	18,72	72,22	547,16	43,44	0,94	195,53	280,3	220,65	58,09	3,12
Жаркое с мясом			260	13,65	18,12	34,1	354,08	11,9	0,9	193	232	200,65	47,69	2,4
Сборник рецептур блюд и кулинарных из,	зелий лп	я питани	ія детей											
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*								1					Ī	
Картофель (очищенный)*	145,00		1	1				1						
Лук репчатый (очищенный)*	27,00	27												
Морковь (очищенная)*	27,50	27,5												
Масло растительное*	5,00	5								Поло	0.11211.1102002.11	20 00 20	) / 12-2 / CN/T	103-00
Томатная паста*	10,00									пер	едан через Ди 1ccb6f	адок 30.08.202 f8-a94a-406b-а	14 12.24 GIVIT - 1486-35030a2	67965
Масло сливочное*	5,00	5										==	Страница	

0,30 25,00 0,05	0,3 25 0,05												
0,03				1									-
1,33	1												
1,00	ı	200	0,2	0,2	12,2	51,4	31,54	0,02	2,53	9	7	6	0,5
000B U0	noou6un				,	51,4	01,04	0,02	2,00	J	,	U	0,0
			Nº34-4XH T	2020 (7-1	11161)	ī		1	1				
	20 7												
	180												
100,00	100		1.53	0.16	9 72	69.28		0.02		4	13	2.8	0,22
10055	\ No15.2	20	1,00	0,10	0,12	00,20		0,02		-	10	2,0	0,22
		I	ı	1	l	1		ı					
20,00	20		1 36	0.24	16.2	72.4				35.3		1.6	
100Es	\ No1E 1	20	1,50	0,24	10,2	12,4		<u> </u>	<u> </u>	33,3		1,0	<u> </u>
		I		T	ı	1		ı	1				1
20,00	20		46.74	40.70	70.00	E 4 7 4 6	42.44	0.04	40E E2	200.2	220.65	E0 00	2.42
			16,74	<u> </u>	<u> </u>	547,16	43,44	0,94	195,53	280,3	220,65	58,09	3,12
			Хи	мический сос	тав			_	Наимено	зание пищевы			
Брутто, г	Нетто, г	BLIVOT F	Болки г	Жипы г	Vrn r	Эн ккап		Витамины	I A ME DOT		Минера	лы, мг	
		Выход, і	Desires, i	жиры, г	7171., 1	Оц, ккал	С, мг	В1, мг	-	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
		630	17.98	16.26	88.15	570.86	17.42	0.19		438.51	401	76.05	4,02
									,				0,53
опий пп	a ano aar				-	-		,		,	100	11,70	0,00
			<u>јществен</u>	іного пита Т	іния при і	оощеоора	зователь	ных школ	1ax, 2004	1. Nº 10			
			5.3	6.55	19.25	157.15	1.37	0.07	88.65	129.67	141	29.7	0,38
		.00	0,0	0,00	.0,20	,	.,0.	0,0.	00,00	.20,0.			0,00
	30							1					
3,40				İ									
5,00	5												
	0,2												
(4/7/150	)	200	4,92	3,87	14	110,51	1,95	0,06	0,03	180,14	135	21	0,11
елий дл	я предпр	о йиткис	бществен	іного пита	ния при	общеобра	зователь	ных школ	тах, 2004	г. №689			
4,00	4												
	150												
	7												<u> </u>
60,00	60		0.4		0.4	00.4		0.00	0.5	0.4	00	40	<del></del>
		200	0,1		24	96,4	9	0,02	25	24	22	12	3
		T		1	T		ı					ı	
200,00	200			L									Ь——
		20	1,36	0,24	16,2	72,4				35,3		1,6	<u> </u>
20,00	20												
			17,98	16,26	88,15	570,86	17,42	0,19	166,4	438,51	401	76,05	4,02
				8 де	НЬ								
			Хи						Наимено	зание пищевы	х веществ		
Брутто, г								Витамины	Пер	едан через Ди	адок 30.08.202	24 12:24 GMT+	F03:00 67965 5 из 8
	20,00 7,00 180,00 180,00 3a 1995г. 20,00 3a 1995г. 20,00 3a 1995г. 20,00 15,15 10,00 25,00 3,40 5,00 0,20 (4/7/150 4,00 150,00 7,00 60,00	20,00 20 7,00 7 180,00 180  3a 1995г.) №15.2 20,00 20  Ва 1995г.) №15.1 20,00 20  Ва 1995г.) №15.1 20,00 30  Брутто, г Нетто, г  Делий для предпри 15,15 15 10,00 10 25,00 25  ВОЧНЫМ 96.3 30,00 30 105,00 105 3,40 3,4 5,00 5 0,20 0,2 (4/7/150) Делий для предпри 4,00 4 150,00 150 7,00 7 60,00 60	ассов Новосибирск 2020 № 20,00 20 7,00 7 180,00 180 20 3a 1995г.) №15.2 20,00 20 3a 1995г.) №15.1 20,00 20  Брутто, г Нетто, г Выход, г 630 50 4,00 10 25,00 25 3,40 3,4 5,00 5 0,20 0,20 4,77150) 200  200 201 20 200 201 200 201 200 201 200 201 200 201 200 200	ассов Новосибирск 2020 №54-4хн-20,00 20 7,00 7 180,00 180 20 1,53 34 1995г.) №15.2 20,00 20 16,74 36 36 1995г.) №15.1 20,00 20 16,74 36 36 30 17,98 50 6,3 36 30,00 10 25,00 25 30 30,00 105,00 105 3,40 3,40 3,40 3,40 3,40 3,40 3,40 3,40	ассов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1-1	ассов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11лет)  20,00 20 7,00 7 180,00 180  20 1,53 0,16 9,72  3a 1995г.) №15.2  20,00 20 20 1,36 0,24 16,2  3a 1995г.) №15.1  20,00 20 16,74 18,72 72,22  7 День  Химический состав  Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Киры, г Угл., г Киры, г Угл., г Киры, г Угл., г Киры,	ассов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11лет)  20,00 20 7,00 7 180,00 180 9,72 69,28  за 1995г.) №15.2  20,00 20 1,36 0,24 16,2 72,4  за 1995г.) №15.1  20,00 20 1,36 0,24 16,2 72,4  за 1995г.) №15.1  20,00 20 16,74 18,72 72,22 547,16  Т день  Т день  Т день  Химический состав  Брутто, г Нетто, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Эц, ккал  630 17,98 16,26 88,15 570,86  15,15 15 15 10 10 10 25,00 25  30,00 10 25  30,00 30 10 25  30,00 30 105  33,40 3,4 3,4 3,4 3,5 5,00 5 10,20 0,2 (4/7/150) 200 4,92 3,87 14 110,51 делий для предприятий общественного питания при общеобра 4,00 4 150,00 150 150 150 150 150 150 150 150 150 1	аз 1995г.) №15.1  Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Зч., ккал С., мг Т., базо 15, базо 25, базо 25, базо 30,	аза 1995г.) №15.1  Брутто, г Нетго, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Зи, ккал С., мг Витамины  Брутто, г Нетго, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Зи, ккал С., мг Ви, мг Витамины  Брутто, г Нетго, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл., г Зи, ккал С., мг Ви, мг К. д.	20,00   20   20   20   20   20   20	СССОВ НОВОСИБИРСК 2020 №54-4хн-2020 (7-11 лет)  20,00 20	Cocos Новосибирск 2020 Ne54-4xh-2020 (7-11лет)   Cocos Hosocurious   Cocos Hosocuri	Cocos Новосибирск 2020 Ne54-4xH-2020 (7-11лет)   Cocos Hosocutóupck 2020 Ne54-4xH-2020 Ne54-4xH-202

	r /	,	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	A, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			500	18,78	16,46	72,82	514,54	14,9	0,26	209,46	302,36	415,38	61,7	2,95
Чахохбили			110	8,21	3,65	0,35	67,09	13,5	0,07	165,32	15,58	148	23,2	1,54
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд	делий дл	я предп	оиятий об	бществен	ного пита	идп кина	общеобра	азователь	ьных школ	ах, 2004	г. №493	•	•	
Грудка куриная*	103,00									,				
Лук репчатый (очищенный)*	45,00	45												
Томатная паста*	12,00	12												
Мука в/с*	3,00	3												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Соль*	0,30	0,3												ļ
Лимонная кислота*	0,10	- ,												<b></b>
Caxap*	0,50 20,00	0,5 20												<del></del>
Вода Чеснок сушеный*	0,05	0,05		<b>+</b>	-									<del>  </del>
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												<del>                                     </del>
Макароны отварные	0,03	0,00	150	5,2	9.1	30,12	223,18		0.09	44,1	11,18	47,18	8,4	0,85
	10044 00	a ano an			- ,		,	200000000	-,	,	,	47,10	0,4	0,00
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд Макаронные изделия*	52,50			т	ного пита Т	яния при і	т	1308a (E) (	ьных школ	Tax, 2004	. 1. Nº3 10 I	1	I	<del></del> /
макаронные изделия Масло сливочное*	5,00			-	-									<del>  </del>
Соль*	0,30													<del>                                     </del>
Кефир с сахаром	0,00	0,0	210	4,21	3,5	23,1	140.74	1,4	0.06	0.04	240	190	28	0,2
Сборник технологических карт, рецептур	бама куг	าหาวมากา												
	олюд кул	ійпарпы	х изделиі	и дрия шкс	JIBHOIO III	инапил. и	іздание ц	iecroe, ne	-реиздані	ioe. iaci	ь 2.3 фа 2	023. 000	Фиріма	партп
№645,сб 1996г	007.00	000	•	•	1		1	T	1	1	T	T	ı	
Кефир*	207,00													igwdot
Caxap*	10,00	10	30	4.40	0.04	40.05	02.52		0.04		25.0	20.2	0.4	0.20
Хлеб пшеничный	400=	\ \ \ \ \ \ - \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \		1,16	0,21	19,25	83,53		0,04		35,6	30,2	2,1	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсоно														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:				18,78	16,46	72,82	514,54	14,9	0,26	209,46	302,36	415,38	61,7	2,95
					9 де	НЬ								
				Хи	мический со					Наимено	вание пищевь	іх веществ		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г							Витамины			Минера	лы, мг	
		,.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			540	22.40	40.00	70.07	504.04	244.04		ЭКВ.	-			
_			510	22,19	16,33	72,07	524,01	211,84	0,25	265,1	159,99	300,88	72,34	10,02
Котлета "Детская"			90	13,76	10,8	10,99	196,2	0,5	0,06	5,6	12,2	152,39	21,1	2,26
Лечебное питание детей в стационарах N														
Говядина*	66,60													
Лук репчатый (очищенный)*	5,00	5												
Меланж*	3,00	3												
Хлеб пшеничный*	15,00	15												igspace
Соль*	0,30	0,3				1								$\vdash$
Вода Масса фарша	20,40 106,00	20,4 106				-								$\vdash$
масса фарша Хлеб пшеничный (для сухарей)*	100,00													<del>                                     </del>
Масса п/ф			<del>                                     </del>	<del>                                     </del>	<del>                                     </del>	<del>                                     </del>		1	1					
Масло растительное*	2,00													
Сложный гарнир№2	_,00	_	170	3,85	5	19,3	137,6	59,04	0,09	137	96,44	82,24	29,99	0,19
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд	тепий пп	a nnenni			_					_	,	,	,	-,
Капуста тушеная				лществен	пого пита Т	шил при ч Т	тощеоора		ן אוםוע שוענוים		т. Т <b>ч</b> ≌333 редан через Ди	L 20 00 00	4.40-04.61.47	02.00
Капуста тушеная Картофельное пюре										Hep		адок 30.08.202 f8-a94a-406b-		
картофельное поре	10,00	70	1	1	1	1	ı	<u>I</u>	ı		I ICCD01	ijo az4a-400D-i	CTD2UUU2	

Напиток из плодов шиповника(8)			200	0,85		12,4	53	152,3	0,02	122,5	38,1	4,25	4,25	6,25
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд	елий дл	я предпр	оиятий об	бществен	ного пита	ния при	общеобра	азователь	ных школ	iax, 2004	г. №705			
Шиповник*	15,00	15				1				ĺ				
Caxap*	7,00	7												
Вода	185,00	185												
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.Самсонов	за 1995г.	.) №15.2		<u>.</u>	•		•	•	•				L	
Хлеб пшеничный*	25,00													
Хлеб ржано- пшеничный	,		25	1,83	0,33	17,23	79,21		0,05		8,25	45,75	13,5	1,05
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонов	за 1995г.	.) №15.1	<u> </u>	, , , , ,	-,	, -			.,	<u> </u>	-, -	-, -	- , -	
Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25												
Итого:	20,00			22,19	16,33	72.07	524,01	211,84	0,25	265,1	159,99	300,88	72,34	10,02
7110101				,	10 де	,-	02.,01				100,00	1 000,00	, .	10,02
		I	l	Хи	мический сос			I		Наименов	зание пищевь	іх веществ		
						1			Витамины		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	Минера	лы, мг	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	A, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак		•	535	22,52	23,8	91,35	669,68	9,3	0,19	334,96	243,74	253,2	89,7	1,84
Рыба, тушенная в томате с овощами			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,15	236	192	220	58,3	1,44
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд	епий лп	я прелпг	оиятий об	биествен	ного пита	иап вин	общеобра	азователь	HPIX IIIKOI	ax. 2004	г. №374			1
Минтай*	148,28			1	T		<u>Т</u>	I	 	1				
Морковь (очищенная)*	50,00	50												
Лук репчатый (очищенный)*	50,00													
Томатная паста*	10,00	10												
Масло растительное*	3,00	3												
Соль*	0,30	0,3												
Caxap*	0,50	0,5												
Лимонная кислота*	0,05	0,05												
Лавровый лист*	0,07	0,07												<b></b>
Рис припущенный			150	3,7	7,65	28,2	196,45			3,6	16	3	29,3	0,02
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильны	ый №305	,												
Крупа рис пропаренный*	40,00													
Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,40	0,4												
Компот из кураги			200	1,25	0,07	12,3	54,83	5,6		95,36	0,14			0,02
Сборник рецептур блюд и кулинарных изд	елий дл	я предпр	о йиткис	бществен	ного пита	ния при	общеобра	азователь	ных школ	тах, 2004	г. №638			
Курага*	24,00	24												
Caxap*	7,00	7												
Вода	175,00	175												
Вафли "Шоколадные"			35	2,31	4,97	25,3	155,17							
Лечебное питание. Преображенская Э.Н.														
Вафли "Шоколадные"*	35,00	35												
Хлеб пшеничный			30	1,16	0,21	19,25	83,53		0,04		35,6	30,2	2,1	0,36
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонов				_	_									
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:				22,52	23,8	91,35	669,68	9,3	0,19	334,96	243,74	253,2	89,7	1,84

– Идентификатор документа 1ccb6ff8-a94a-406b-a486-35030a267965

## 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:		МУП "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" ИСТОМИНА ОЛЬГА ЛЕОНИДОВНА, ВРЕМЕННО ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ДИРЕКТОРА		Не требуется для подписания	0228FF70005CB1C9924E21248D7481956C c 24.04.2024 09:41 no 24.07.2025 09:41 GMT+03:00	30.08.2024 12:24 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	Q	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана "Средняя общеобразовательная школа № 49" Комарских Светлана Ивановна	B	Не приложена при подписании	24FABA2AB618259785E97482433D378E c 02.07.2024 15:06 no 25.09.2025 15:06 GMT+03:00	02.09.2024 10:16 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа