

СОГЛАСОВАНО:

Директор

(подпись)

Приложение № 2 к техническому заданию

УТВЕРЖДАЮ: МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Директор

Мишкарев А.Б.

(подпись)

Примерное цикличное меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте до 11 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона)с 12.01.2023г.

1 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			640												
Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным			50	6,8	6,2	14,2	101,56	5	0,14	20	104	48	13	0,2	
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*	25,00	25												
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			170	6,36	8,84	29,73	186,93	1,56	0,05	0,02	144,08	108	16,8	0,08	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311															
	Молоко цельное*	120,00	120												
	Крупа пшено*	32,90	32,9												
	Сахар*	4,10	4,1												
	Масло сливочное*	10,00	10												
	Соль*	0,20	0,2												
Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/150)			200	4,14	5,3	12,2	122,7	1,4	0,02	12	50	18	6	0,3	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №11.52															
	Кофейный напиток*	4,00	4												
	Молоко цельное*	150,00	150												
	Сахар*	10,00	10												
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9	
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
	Сок(т/п)*	200,00	200												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		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:				18,91	20,65	86,44	531,49	13,96	0,25	57,02	362,68	288,9	74,6	3,28	
2 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			500												
Наггетсы "Детские"			100	14,5	14,5	11	243,38	4	0,11	129	129	70,2	33,8	1,52	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499															
	Наггетсы "Детские"(пром-ного пр-ва)*	110,00	110												



Масло растительное*	2,50	2,5													
Рагу овощное			150	3	5,1	9,54	102	10,31	0,08	14	68,8	99,6	3,36	0,2	
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №7.36															
Картофель*	70,00	70													
Морковь*	20,00	20													
Капуста*	40,00	40													
Лук репчатый*	20,00	20													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Соль*	0,30	0,3													
Томатная паста*	1,00	1													
Напиток фруктовый "Изюминка"			200			14,97	59,88				0,3			0,05	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №280															
Изюм*	15,00	15													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30,00	30													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		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:				21,31	20,15	71,22	581,46	14,31	0,26	143	210,7	225,9	52,16	2,87	
3 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			564												
Котлета рыбная "Любительская"			100	8,21	7,9	5,2	143,7	3,1	0,11	23	139,8	139,3	31,79	1,9	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390															
Рыба филе*	117,24	68													
Морковь*	20,00	20													
Хлеб пшеничный*	8,00	8													
Лук репчатый *	6,70	6,7													
Молоко цельное*	10,00	10													
Меланж*	10,00	10													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	9,38	6													
Соль*	0,30	0,3													
Масло растительное*	3,00	3													
Подгарнировка: Маринад овощной с томатом 20 грамм			30	0,2	0,04	0,92	6,92	4,4	0,01	24	2,52	4,68	3,6	0,16	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124															
Морковь*	18,00	18													
Лук репчатый*	4,50	4,5													
Томатная паста*	1,80	1,8													
Масло растительное*	3,00	3													
Лимонная кислота*	0,10	0,1													
Сахар*	0,30	0,3													
Соль*	0,30	0,3													
Картофельное пюре			160	2,85	5,69	24,89	153,72	1,6	0,09	110,93	59,31	106,24	14,25	0,19	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128															
Картофель*	137,00	137													
Молоко цельное*	26,00	26													



Масло сливочное*	10,00	10												
Соль*	0,30	0,3												
Компот "Лесная сказка"			200			19,96	139,84			60,4	6,04	12		0,6
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №279														
Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	25,00	25												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		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												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Пряник			44	1,79	6,33	20,49	115,77		0,14					
Пряник(пром.пр-во)*	44,00	44												
Итого:				16,09	20,43	98,3	692,77		9,1	0,41	218,33	218,27	311,82	63,24

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			500												
Плов с мясом			250	16,23	15,36	29,56	308,5	5,8	0,12	180,9	89,81	85,45	23,93	0,94	

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265

Гуляш (пром-ного пр-ва)*	108,80	108,8												
Крупа рис пропаренный*	66,30	66,3												
Масло растительное*	3,80	3,8												
Лук репчатый*	6,30	6,3												
Морковь*	9,40	9,4												
Томатная паста*	3,80	3,8												
Соль*	1,30	1,3												

Кефир с сахаром			210	5,2	5	23,1	152,68	2,4	0,06	65	130	180	14	0,7
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ",М.,1996г ч1 №645														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												

Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
Итого:				24,47	20,83	79,5	594		8,2	0,24	245,9	230,41	315,05	51,53

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 81(руб)			500											
Бутерброд с маслом сливочным (3-й вариант)			40	3	5	22	74	25	0,01	105	60	10	11	0,2

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №1

Масло сливочное*	10,00	10												
Хлеб пшеничный*	30,00	30												



Омлет с сыром и маслом сливочным (1)			235	12,75	12,86	18,43	287,47	0,88	0,16	0,46	180	206,35	31,05	1,55		
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211																
	Меланж*	180,00	180													
	Молоко цельное*	63,00	63													
	Масло растительное*	5,00	5													
	Соль*	1,10	1,1													
	Сыр*	10,10	10													
	Масло сливочное*	10,00	10													
Чай с сахаром и молоком №6			200	3,5	4	17,86	113,42	1,63	0,05	0,03	150,2	112,5	17,5	0,11		
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №868																
	Чай*	1,00	1													
	Молоко цельное*	110,00	110													
	Сахар*	15,00	15													
Хлеб ржано- пшеничный			25	1,88	0,38	8,88	47,25		0,05		8,25	45,75	13,5	1		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																
	Хлеб-ржано пшеничный*	25,00	25													
Итого:				21,13	22,24	67,17	522,14		27,51	0,27	105,49	398,45	374,6	73,05	2,86	
6 день																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг					
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак 81(руб)			640													
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			50	6,8	6,2	14,2	101,56	5	0,14	20	104	48	13	0,2		
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*	25,00	25													
Каша молочная рисовая с маслом сливочным			170	5,6	4,16	32,08	188,16	1,56	0,07	102	46,63	156	32,8	0,4		
Лечебное питание детей в стационарах №6.3																
	Крупа рис круглозерный*	32,00	32													
	Молоко цельное*	120,00	120													
	Сахар*	3,60	3,6													
	Масло сливочное*	10,00	10													
	Соль*	0,20	0,2													
Какао на цельном молоке (115/7/2)			200	5,6	6,4	19,38	157,52	2,6	0,08	0,04	91	80	8	0,15		
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8																
	Какао*	2,00	2													
	Молоко цельное*	115,00	115													
	Сахар*	7,00	7													
Сок фруктовый т/п			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9		
Лечебное питание детей в стационарах №11.16																
	Сок(т/п)*	200,00	200													
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,51	0,31	9,11	45,8		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:				19,61	17,07	95,97	567,54		15,16	0,33	147,04	306,23	398,9	92,6	3,45	
7 день																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг					
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		

Завтрак 81(руб)			500												
Котлета "Детская"			100	9,62	11,89	14,99	184,5		0,07	0,01	97,2	113,67	20,3	1,52	
Лечебное питание детей в стационарах №2.6															
	Мясо п/ф*	67,80	67,8												
	Лук репчатый*	8,30	8,3												
	Хлеб пшеничный*	16,70	16,7												
	Меланж*	2,70	2,7												
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,50	8												
	Соль*	0,50	0,5												
	Масло растительное*	1,00	1												
Капуста тушеная			150	3,2	3,5	14,8	118	12	0,05	103	82	60	7,5	0,39	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №321															
	Капуста*	172,00	172												
	Масло растительное*	3,00	3												
	Морковь*	3,00	3												
	Лук репчатый*	6,00	6												
	Томатная паста*	3,00	3												
	Мука в/с*	3,00	3												
	Сахар*	2,00	2												
	Соль*	0,70	0,7												
Чай фруктовый №11			200	0,3		15	40,8	9,64	0,2	68	8,3	11	7,1	0,87	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376															
	Чай*	1,00	1												
	Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	10,00	10												
	Сахар*	15,00	15												
Хлеб ржано- пшеничный			30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
	Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Итого:				17,2	16,05	72,52	494,58	21,64	0,4	171,01	208,57	272,27	65,6	4,78	
8 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			500												
Филе куриное "Нежность"			110	9,58	12,97	9,45	123,7	6,9	0,1	51	109,88	25,02	30	1	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493															
	Грудка куриная*	111,78	81,6												
	Мука в/с*	2,00	2												
	Лук репчатый *	20,00	20												
	Морковь*	20,00	20												
	Масло растительное*	2,50	2,5												
	Томатная паста*	5,00	5												
	Сметана*	7,00	7												
	Соль*	0,50	0,5												
Макаронны отварные			150	3,7	4,48	27,6	208,8		0,04	32	47,72	88,21	22,53	0,2	
Лечебное питание детей в стационарах №8.1															
	Макаронные изделия*	52,50	52,5												
	Масло сливочное*	6,00	6												



Соль*	0,50	0,5													
Кефир с сахаром			210	5,2	5	23,1	152,68	2,4	0,06	65	130	180	14	0,7	
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ",М.,1996г ч1 №645															
Кефир*	207,00	200													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30,00	30													
Итого:				20,78	22,69	86,75	615,58	9,3	0,23	148	293,6	312,73	70,73	2,2	
9 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			545												
Рыба, тушенная в томате с овощами			130	9,5	9	16,8	189,7	5,4	0,2	125	168,3	151,2	29	0,51	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229															
Рыба филе*	189,66	110													
Морковь*	38,00	38													
Лук репчатый*	38,00	38													
Томатная паста*	6,00	6													
Масло растительное*	3,00	3													
Соль*	0,50	0,5													
Картофель отварной			180	4,2	6,45	34,44	183,3	2,4	0,04	24,4	186,7	87	29,3	1,56	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №239															
Картофель*	180,00	180													
Масло сливочное*	7,00	7													
Соль*	1,00	1													
Напиток "Дары осени"			200	0,16	0,1	13,03	69,66	9,8	0,06	78	23	15,6	6,1	0,03	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №388															
Курага*	12,00	12													
Изюм*	10,00	10													
Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			35	2,69	0,28	31,04	152,3		0,04		7	22,75	4,9	0,35	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	35,00	35													
Итого:				16,55	15,83	95,31	594,96	17,6	0,34	227,4	385	276,55	69,3	2,45	
10 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак 81(руб)			560												
Тефтели с соусом			130	16,35	16,21	14,53	209,5	14	0,2	92	226,37	139,45	28,08	1,85	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №202															
Тефтели (пром-ного пр-ва)*	117,00	117													
Масло растительное*	2,00	2													
Мука в/с*	1,35	1,35													
Морковь*	3,00	3													
Лук репчатый*	2,00	2													
Томатная паста*	3,00	3													
Сахар*	0,30	0,3													



Соль*	0,50	0,5												
Лавровый лист*	0,10	0,1												
Каша гречневая по "Купечески"			150	2,8	5,6	34,8	195,46	1,2	0,07	6,5	60,31	42,36	8,9	0,5
Лечебное питание детей в стационарах №8.4														
Крупа гречневая*	45,00	45												
Масло сливочное*	10,00	10												
Морковь*	15,00	15												
Лук репчатый*	20,00	20												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Подгарнировка: Икра свекольная			50	0,42	0,09	1,92	14,42	9,17	0,04	50	5,25	9,75	7,5	0,34
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124														
Лук репчатый*	9,00	9												
Свёкла*	38,00	38												
Томатная паста*	13,00	13												
Сахар*	0,70	0,7												
Масло растительное*	4,00	4												
Лимонная кислота*	0,40	0,4												
Соль*	0,20	0,2												
Компот из кураги			200	0,75		13,61	67,42	1	0,01	20	40,95	23	8,75	0,03
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №280														
Курага*	20,00	20												
Сахар*	15,00	15												
Хлеб пшеничный			30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:				22,62	22,14	91,46	617,2	25,37	0,35	168,5	338,88	234,06	57,43	3,02

Идентификатор документа 9e42dcaa-cd9a-4bce-8714-bae20ffb55fe



Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Подписи отправителя:	Владелец сертификата: организация, сотрудник МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ГОРОДА КУРГАНА "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" МИШКАРЕВ АЛЕКСАНДР БОРИСОВИЧ, ДИРЕКТОР	Сертификат: серийный номер, период действия 01D63BBE0025AFC9A441EFCEFD9C86A4E6 с 05.10.2022 14:22 по 05.01.2024 14:22 GMT+03:00	Дата и время подписания 11.01.2023 14:03 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 24" Нехца Елена Николаевна, Директор	10DC01492B0E2D0D146386D4D9F845DE с 21.04.2022 12:08 по 15.07.2023 12:08 GMT+03:00	12.01.2023 10:13 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа