

СОГЛАСОВАНО:

Директор

(подпись)

УТВЕРЖДАЮ: МУП г. Кургана "Комбинат питания"

Директор

(подпись)

Мишкарёв А.Б.

Приложение № 2 к техническому заданию

Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана в возрасте с 12 до 18 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

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 71(руб)			685											
Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным			45	6,8	5,7	14,2	101,56	15	0,09	20	104	48	3	0,2
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10														
	Сыр*	10,10	10											
	Масло сливочное*	5,00	5											
	Хлеб пшеничный*	30,00	30											
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			210	5,2	6,2	21,34	188,16	1,95	0,1	125	80,1	35	21	0,11
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311														
	Молоко цельное*	120,00	120											
	Крупа пшено*	41,00	41											
	Сахар*	4,50	4,5											
	Соль*	0,20	0,2											
	Масло сливочное*	10,00	10											
Кофейный напиток на цельном молоке (4/7/100)			200	4,14	6,3	12,2	122,7	1,4	0,03	12	50	18	6	0,3
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №11.52														
	Кофейный напиток*	4,00	4											
	Молоко цельное*	100,00	100											
	Сахар*	7,00	7											
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											
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											
Итого:				18,79	18,7	78,94	551,18	24,35	0,28	182	309,17	253,9	85,9	4,31
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 71(руб)			550											
Наггетсы "Детские"			100	14,5	14,5	11	243,38	4	0,11	129	129	70,2	33,8	2,52
Сборник рецептов 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			200	4	6,8	17,72	136	15,41	0,11	58,67				
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №7.36														



Картофель*	94,00	94													
Морковь*	26,00	26													
Капуста*	53,00	53													
Лук репчатый*	27,00	27													
Масло растительное*	4,00	4													
Соль*	0,50	0,5													
Томатная паста*	2,00	2													
Напиток фруктовый "Изюминка"		200					14,97	59,88			0,3			0,05	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №280															
Изюм*	25,00	25													
Сахар*	7,00	7													
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:			22,31	21,85	79,4	615,46	19,41	0,29	187,67	233,63	259,1	53,28	3,94		
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 71(руб)			570												
Котлета рыбная "Любительская"		100	11,94	10,21	5,75	134,25	3,1	0,1	22,08	150,17	147,63	33,46	2,22		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390															
Минтай*	117,24	68													
Морковь *	20,00	20													
Хлеб пшеничный*	8,00	8													
Лук репчатый*	9,00	9													
Молоко цельное*	10,00	10													
Меланж*	10,00	10													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,10	6													
Соль*	0,30	0,3													
Масло растительное*	1,50	1,5													
Поджаривка: Маринад овощной с томатом		70	0,69	2,13	3,22	24,22	15,4	0,05	84	8,82	16,38	12,6	0,56		
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124															
Морковь*	42,00	42													
Лук репчатый*	10,50	10,5													
Томатная паста*	4,20	4,2													
Масло растительное*	3,00	3													
Лимонная кислота*	0,26	0,26													
Сахар*	0,60	0,6													
Соль*	0,30	0,3													
Рис припущенный		180	4,68	6,88	34,8	223,2		0,07	70,8	73,2	40,8	12	0,6		
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №305															
Крупа рис пропаренный*	48,00	48													
Масло сливочное*	5,00	5													
Соль*	0,30	0,3													
Компот "Лесная сказка"		200					19,96	139,84		60,4	6,04	120		0,6	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №279															
Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	20,00	20													



Сахар*	7,00	7													
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:				18,84	19,38	81,46	608,53		18,5	0,24	237,28	242,23	337,81	60,86	4,18

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 71(руб)			550												
Плов с мясом			250	11,23	13	29,56	308,5		5,8	0,12	80,9	89,81	85,45	24,93	1,54
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265															
Гуляш (пром-ного пр-ва)*	108,00	108													
Крупа рис пропаренный*	66,00	66													
Масло растительное*	2,00	2													
Лук репчатый*	8,00	8													
Морковь*	10,00	10													
Томатная паста*	4,00	4													
Соль*	0,50	0,5													
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													
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:				19,89	18,56	81,42	608,42		17,37	0,28	195,9	235,66	324,8	60,03	3,58

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 71(руб)			551												
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 картофелем (запеченный), со сливочным маслом			260	8,92	7,67	22,52	284,23	10,82	0,23	82,75	23,45	90,55	16,8	2,02	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211															
	Меланж*	120,00	120												
	Молоко цельное*	44,10	44,1												
	Картофель*	161,60	161,6												
	Масло растительное*	2,50	2,5												
	Соль*	1,10	1,1												
	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*	2,00	2												
	Молоко цельное*	110,00	110												
	Сахар*	7,00	7												
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												
Вафля (2 шт)			26	0,88	3,85	9,42	65,14	2,99	0,01	7,67	72,8	25,48	14,3	0,13	
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811															
	Вафли*	26,00	26												
Итого:				18,18	20,9	80,68	584,04	40,44	0,35	195,45	314,7	284,28	73,1	3,46	
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 71(руб)			695												
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			60	7,89	9,38	10,3	104,18	12	0,09	45	18,5	12,4	1,5	0,52	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10															
	Сыр*	20,20	20												
	Масло сливочное*	10,00	10												
	Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Каша молочная рисовая с маслом сливочным			205	5,04	4,1	17,15	160,64	8,55	0,01	104	96,29	57,3	15,1	0,33	
Лечебное питание детей в стационарах №6.3															
	Крупа рис круглозерный*	40,00	40												
	Молоко цельное*	150,00	150												
	Сахар*	4,50	4,5												
	Масло сливочное*	5,00	5												
	Соль*	0,20	0,2												
Какао на цельном молоке (100/7/3)			200	5,6	6,4	19,38	157,52	2,6	0,08	0,04	140,2	180	28	0,15	
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8															
	Какао*	3,00	3												
	Молоко цельное*	100,00	100												
	Сахар*	7,00	7												
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												
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												
Итого:				21,18	20,38	78,03	561,1	29,15	0,24	174,04	330,06	402,6	100,5	4,7	



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 71(руб)			550											
Котлета "Детская"			100	9,62	11,89	14,99	184,5		0,07	0,01	97,2	113,67	20,3	0,52
Лечебное питание детей в стационарах №2.6														
	Говядина*	75,00	75											
	Лук репчатый*	8,00	8											
	Хлеб пшеничный*	17,00	17											
	Меланж*	1,50	1,5											
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	14,06	9											
	Соль*	0,30	0,3											
	Масло растительное*	1,00	1											
Капуста тушеная			200	8,52	8,11	17,39	185,67	16	0,07	165,33	104	80	15,6	0,9
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №321														
	Капуста*	229,20	229,2											
	Масло растительное*	3,30	3,3											
	Морковь*	4,00	4											
	Лук репчатый*	8,00	8											
	Томатная паста*	4,00	4											
	Мука в/с*	2,30	2,3											
	Сахар*	2,70	2,7											
	Соль*	0,40	0,4											
Чай фруктовый №11			200	0,3		17	40,8	9,64	0,2	68	8,3	11	7,1	0,87
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376														
	Чай*	2,00	2											
	Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	10,00	10											
	Сахар*	7,00	7											
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:				22,52	20,66	77,11	562,25	25,64	0,42	233,34	230,57	292,27	73,7	4,29
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 71(руб)			550											
Филе куриное "Нежность"			110	9,58	12,97	9,45	123,7	10,9	0,1	51	109,88	25,02	30	1
Сборник рецептур 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*	0,30	0,3												
Макаронны отварные			180	3,96	6,77	18,72	194,56		0,05	44	35,26	109,97	19,03	0,8
Лечебное питание детей в стационарах №8.1														
Макаронные изделия*	63,00	63												
Масло сливочное*	7,00	7												
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												
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:				22,55	25,29	86,98	647,14	13,3	0,28	160	287,74	371,09	78,03	3,6

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 71(руб)			550												
Рыба, тушенная в томате с овощами			100	11,25	12	9,8	159,7	5,4	0,2	125	168,3	151,2	29	1,51	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №229															
Минтай*	151,72	88													
Морковь*	28,00	28													
Лук репчатый*	28,00	28													
Томатная паста*	4,00	4													
Масло растительное*	1,50	1,5													
Соль*	0,50	0,5													
Картофель отварной			200	4,67	7,17	38,27	203,67	2,67	0,04	27,11	97,44	96,67	32,56	0,73	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №239															
Картофель*	200,00	200													
Масло сливочное*	7,00	7													
Соль*	0,30	0,3													
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*	10,00	10													
Изюм*	15,00	15													
Сахар*	7,00	7													
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			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													
Итого:				20,16	19,93	88,83	584,31	17,87	0,38	230,11	309,81	351,07	98,36	4,27	

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				

Передач через Диалог 16.01.2023 13:24 GMT+03:00
bb1aba46-78fc-48ed-a7c6-17ebecbe65b1





			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 71(руб)			590											
Тефтели с соусом			130	16,35	16,21	17,53	279,5	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"			180	2,76	6,3	23,09	184,75	1,3	0,16	84	75,95	51,44	25	1,25
Лечебное питание детей в стационарах №8.4														
	Крупа гречневая*	54,00	54											
	Масло сливочное*	5,00	5											
	Морковь*	18,00	18											
	Лук репчатый*	24,00	24											
	Масло растительное*	2,40	2,4											
	Соль*	0,40	0,4											
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*	7,00	7											
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:				22,58	22,84	82,75	676,49	25,47	0,44	246	354,52	243,14	73,53	3,77





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

	Владелец сертификата: организация, сотрудник	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подписи отправителя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ГОРОДА КУРГАНА "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" МИШКАРЕВ АЛЕКСАНДР БОРИСОВИЧ, ДИРЕКТОР	01D63BBE0025AFC9A441EFCFEFD9C86A4E6 с 05.10.2022 14:22 по 05.01.2024 14:22 GMT+03:00	16.01.2023 13:24 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	17.01.2023 11:12 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа