

«Согласовано»:

Руководитель Заказчика

_____/О. Б. Пушкина/

«Утверждаю»:

Руководитель исполнителя

_____/А.Б. Мишкарев/

**Примерное десятидневное цикличное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся в МБОУ
«СОШ № 42» для возрастной категории от 6,5 до 11 лет
(обед) (не менее 30% 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
Обед 81(руб)			775											
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			200/20	4,1	2,4	21	98	10,5		105	85,5	70	21,7	0,5
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №45														
Крупа горох*			12,00	12										
Картофель*			36,00	36										
Морковь*			8,00	8										
Лук репчатый*			8,00	8										
Масло растительное*			2,00	2										
Соль*			0,30	0,3										
Хлеб пшеничный (для сухарей)*			31,25	20										
Котлеты промышленного производства			100	8,46	7,58	11,79	169,22	0,6	0,14	50,3	93,8	10	14,07	0,6
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №2.12														
Котлеты ПФ*			117,00	117										
Масло растительное*			2,50	2,5										
Каша перловая рассыпчатая с овощами			150	3,2	8,9	26,1	168	1,03	0,08	4	15,3	0,8	10,4	0,03
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №6.42														
Крупа перловая*			42,00	42										
Лук репчатый*			20,00	20										
Масло растительное*			3,00	3										
Морковь*			15,00	15										
Соль*			0,50	0,5										
Масло сливочное*			10,00	10										
Кефир с сахаром			235	5,2	3,4	18,17	172,68	6,4	0,06	65	130	180	14	0,7
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ",М.,1996г ч1 №645														
Кефир*			227,70	220										
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										
Витаминизация 35(руб)														
Батончик злаковый "Витаминный"			40	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40			

Передан через Диадок 30.08.2022 09:31 GMT+03:00
1cd1658d-af69-488e-9566-909eded681e9

Страница 1 из 10

Батончик злаковый*			40,00	40											
Итого:					29,83	28,46	100,5	822,56	20,53	0,41	224,3	381,67	335,4	95,07	4,77
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				
Обед 81(руб)			915												
Борщ Сибирский, со сметаной			200/5	2,12	3,44	16,2	104,4	15	0,01	68	87	14	18,68	0,35	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №111															
Свёкла*			32,00	32											
Капуста*			16,00	16											
Картофель*			12,00	12											
Морковь*			8,00	8											
Лук репчатый*			8,00	8											
Томатная паста*			2,40	2,4											
Масло растительное*			2,00	2											
Фасоль консервированная*			13,33	8											
Соль*			0,30	0,3											
Сметана*			5,00	5											
Гуляш				100	9,76	9,52	17,44	164,32	4		70	95	251	18	0,2
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №180															
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*			73,50	73,5											
Масло растительное*			3,00	3											
Лук репчатый*			20,00	20											
Томатная паста*			10,00	10											
Мука в/с*			6,00	6											
Соль*			0,30	0,3											
Пюре из бобовых				150	8,45	5,62	21,45	203,5	36,75	0,29	47,36	82,32	28	7,8	0,2
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могилинский №199															
Крупа горох*			73,50	73,5											
Масло сливочное*			6,00	6											
Соль*			0,50	0,5											
Компот из кураги				200	0,75		16,11	67,42	1	0,01	28,6	40,95	23	8,75	0,03
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №280															
Курага*			25,00	25											
Сахар*			10,00	10											
Хлеб ржано- пшеничный				60	4,99	1	19,96	128,52		0,1		34,14	14,2	10,8	2,1
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*			60,00	60											
Витаминизация 35(руб)															
Молоко обогащенное				200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8															
Молоко обогащенное т/п*			200,00	200											
Итого:					32,07	25,98	100,56	788,16	73,75	0,71	393,96	417,41	330,2	87,03	4,38
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				
Обед 81(руб)			880												



Суп-пюре из картофеля, с сухариками			200/20	2,89	4,42	16,95	119,1	15,79	0,11	69,02	69,16	8,08	13,06	0,81
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь, 2008г №57														
Картофель *	72,00	72												
Морковь *	16,00	16												
Лук репчатый*	16,00	16												
Мука в/с*	4,00	4												
Молоко цельное*	30,40	30,4												
Масло сливочное*	12,00	12												
Соль*	0,40	0,4												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Омлет с сыром, со сливочным маслом			200/10	16	18,54	21,94	286,64	0,78	0,14	154,41	167,32	162,21	19,6	1,52
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №211														
Яйцо*	153,30	153,3												
Молоко цельное*	60,00	60												
Масло растительное*	4,00	4												
Соль*	1,00	1												
Сыр*	15,15	15												
Масло сливочное*	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			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												
Витаминизация 35(руб)									0,4	130	21,5	13	2,8	0,65
Кисель витаминизированный "Витошка"			200			24	95	20,1	0,3	130				
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Кисель "Витошка"*	25,00	25												
Хлеб витаминизированный			20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб "Витаминный"*	20,00	20												
Итого:				23,46	23,7	106,33	726,44	42,67	0,71	378,43	333,05	336,19	91,36	6,68
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
Обед 81(руб)			895											
Суп из овощей, со сметаной			200/5	2,98	3,9	8,52	68,21	8	0,06	20,4	84	41,23	8,1	0,1
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №99														
Капуста*	25,00	25												
Картофель*	40,00	40												
Морковь*	8,00	8												
Лук репчатый*	8,00	8												
Горошек зелёный*	9,23	6												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	10,00	10												
Бифштекс "Богатырь"			100	16,39	20,15	23,5	333	2,07	0,21	110,83	166,05	174	47,5	2,8
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223														
Мясо*	45,00	45												

Передан через Диадок 30.08.2022 09:31 GMT+03:00
1cd1658d-af69-488e-9566-909eded681e9

Страница 3 из 10



Грудка куриная*	61,64	45												
Лук репчатый*	20,00	20												
Соль*	0,50	0,5												
Масло растительное*	3,00	3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	7,81	5												
Капуста тушеная			150	3,2	2,5	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												
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												
Витаминизация 35(руб)														
Напиток витаминизированный "Витошка"			200			19	80	20	0,3	120				0,4
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Напиток "Витошка"*	20,00	20												
Хлеб витаминизированный			20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб "Витаминный"*	20,00	20												
Итого:				26,1	27,1	108,37	806,45	48,07	0,76	379,23	418,15	403,13	104,7	7,04
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
Обед 81(руб)			775											
Рассольник ленинградский, со сметаной			200/5	2,1	2,93	14,39	114,07	5,77	0,09	55,53	24,27	12,02	1,34	1,16
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №42														
Картофель*	60,00	60												
Крупа перловая*	4,00	4												
Морковь*	8,00	8												
Лук репчатый*	4,00	4												
Огурцы консервированные (соленые)*	21,82	12												
Масло растительное*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Рыба, запеченная "Солнышко"			120	10,7	9,28	12,55	221,12	2	0,11	21,84	185	214	37,05	1,2
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №170														
Рыба филе*	179,31	104												
Мука в/с*	6,00	6												
Масло растительное*	4,00	4												
Яйцо*	30,00	30												

Передан через Диадок 30.08.2022 09:31 GMT+03:00
1cd1658d-af69-488e-9566-909eded681e9



Молоко цельное*	15,00	15												
Соль*	0,30	0,3												
Картофельное пюре			150	2,67	5,33	17,33	124,11	1,5	0,08	104	55,6	99,6	13,36	0,18
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128														
Картофель*	128,00	128												
Молоко цельное*	24,00	24												
Масло сливочное*	8,00	8												
Соль*	0,30	0,3												
Чай с сахаром и шиповником			200			14,97	59,88	105	0,01	58	12	2	5	0,3
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376														
Сахар*	10,00	10												
Чай*	2,00	2												
Шиповник*	10,00	10												
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			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												
Витаминизация 35(руб)														
Батончик злаковый "Витаминный"			40	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14
Батончик злаковый*	40,00	40												
Итого:				26,64	23,96	109,28	864,24	116,27	0,45	239,37	339,94	421,72	95,85	6,08
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
Обед 81(руб)			755											
Суп картофельный с макаронными изделиями			200	1,94	2	16,6	94,8	6,2	0,04	40	50,8	36	15,7	1,5
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №47														
Макаронные изделия*	6,40	6,4												
Картофель *	40,00	40												
Морковь *	8,00	8												
Лук репчатый*	8,00	8												
Масло растительное*	2,40	2,4												
Соль*	0,30	0,3												
Котлеты промышленного производства			100	11,31	12,97	24,34	203,38	4	0,11	129	89	60,2	33,8	1,52
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
Котлеты пф*	110,00	110												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Каша гречневая по "Купечески"			150	2,8	5,6	18,8	135,46	1,2	0,07	65	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												
Кефир с сахаром			235	5,2	3,4	18,17	172,68	6,4	0,06	65				
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ".М.,1996г ч1 №645														

Передан через Диадок 30.08.2022 09:31 GMT+03:00
fcd1658d-af69-488e-9566-909eded681e9

130138007

Страница 5 из 10



Кефир*	227,70	220												
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												
Витаминизация 35(руб)														
Батончик злаковый "Витаминный"			40	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14
Батончик злаковый*	40,00	40												
Итого:			30,12	30,15	101,35	820,98	19,8	0,41	299	387,18	393,16	107,3	7,16	
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
Обед 81(руб)			865											
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной			200/5	1,6	4,16	10,48	84,8	11,1	0,08	13,3	3,3	38,7	16,8	0,58
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №82														
Свёкла*	32,00	32												
Капуста*	16,00	16												
Картофель*	16,00	16												
Морковь*	8,00	8												
Лук репчатый*	8,00	8												
Томатная паста*	2,40	2,4												
Масло растительное*	2,00	2												
Сахар*	2,00	2												
Соль*	0,30	0,3												
Сметана*	5,00	5												
Плов с мясом			200	14,18	13	22,03	238,8	3	0,1	150	27,83	82,56	19,14	2,35
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №265														
Гуляш из мяса(пром-ного пр-ва)*	87,00	87												
Крупа рис пропаренный*	53,00	53												
Масло растительное*	3,00	3												
Лук репчатый*	5,00	5												
Морковь*	7,50	7,5												
Томатная паста*	3,00	3												
Соль*	1,00	1												
Кофейный напиток на цельном молоке (6/10/100)			200	1,14	4,3	18,2	142,7	1,6	0,02	14	210	170,31	8	0,05
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №11.52														
Кофейный напиток*	6,00	6												
Молоко цельное*	100,00	100												
Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			60	4,59	0,48	52,12	261,15		0,08		12	39	8,4	0,6
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	60,00	60												
Витаминизация 35(руб)														
Молоко обогащенное			200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Молоко обогащенное т/п*	200,00	200												
Итого:				27,51	28,34	112,23	847,45	32,7	0,58	357,3	331,13	330,57	75,34	5,08
8 день														

Передан через Диадок 30.08.2022 09:31 GMT+03:00
1cd1658d-af69-488e-9566-909eded681e9



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	
Обед 81(руб)			965												
Щи по-Уральски (с крупой), со сметаной			200/5	5,12	6,44	11,2	104,4	2,1	0,02	73	21,2	6,3	23,68	0,35	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №93															
Крупа рис круглозерый*			4,00	4											
Томатная паста*			4,00	4											
Капуста*			40,00	40											
Морковь *			8,00	8											
Лук репчатый*			8,00	8											
Масло растительное*			2,00	2											
Соль*			0,30	0,3											
Сметана*			5,00	5											
Тефтели с соусом			100/30	11,35	11,21	24,53	209,5	14	0,2	56	226,37	139,45	18,08	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											
Картофельное пюре				150	2,67	5,33	17,33	124,11	1,5	0,08	104	55,6	99,6	13,36	0,18
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №128															
Картофель*			128,00	128											
Молоко цельное*			24,00	24											
Масло сливочное*			8,00	8											
Соль*			0,30	0,3											
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 пшеничный				60	4,59	0,48	52,12	261,15		0,08		12	39	8,4	0,6
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*			60,00	60											
Витаминизация 35(руб)															
Кисель витаминизированный "Витошка"				200			24	95	20,1	0,3	130				
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8															
Кисель "Витошка"**			25,00	25											
Вода			180,00	180											
Хлеб витаминизированный				20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб "Витаминный"**			20,00	20											
Итого:					25,75	23,7	162,62	955,6	43,7	0,78	388	394,67	375,65	94,32	5,53
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	

Обед 81(руб)			935											
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			200/20	2,84	3,96	8,31	77,64	5,39	0,01	8	36	27	4,2	0,02
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь,2008г №59														
Морковь *	24,00	24												
Капуста *	16,00	16												
Картофель*	18,00	18												
Лук репчатый*	8,00	8												
Мука в/с*	4,00	4												
Масло сливочное*	8,00	8												
Молоко цельное*	30,00	30												
Соль*	0,30	0,3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20												
Мясо тушеное в томатном соусе с курагой			120	10,2	10,9	16,95	158,23	8	0,2	107,1	105,6	149,26	24,19	1
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь,2008г №180														
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*	73,50	73,5												
Масло сливочное*	10,00	10												
Лук репчатый *	30,00	30												
Томатная паста*	8,00	8												
Мука в/с*	4,00	4												
Соль*	0,30	0,3												
Курага*	20,00	20												
Сахар*	1,70	1,7												
Сыр порций			15	4,65	4,9	0,38	57	0,53		33,77	92	92	8	0,2
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №1														
Сыр*	15,15	15												
Макароны отварные			150	2,7	3,48	15,6	158,8		0,04	32	12,72	8,21	2,53	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												
Напиток фруктовый "Изюминка"			200	0,63	0,78	14,97	59,88	8,6	0,02	6,8	0,3	0,01		0,5
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. 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												
Витаминизация 35(руб)														
Молоко обогащенное			200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Молоко обогащенное т/п*	200,00	200												
Итого:				30,83	30,97	101,32	807,75	39,52	0,64	367,67	337,22	332,58	76,92	4,52
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				
Передан черта Диалог 30.08.2022 09:31 GMT+03:00 12d1659d-760-489a-9566-0000ddc691a0														

Обед 81(руб)			775											
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной			200/5	3	4,7	9,3	79,5	3,8	0,04	20	50,3	73	14,4	0,4
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №124														
Капуста*	40,00	40												
Картофель*	24,00	24												
Морковь*	8,00	8												
Лук репчатый*	8,00	8												
Томатная паста*	0,80	0,8												
Масло растительное*	2,00	2												
Сметана*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Рыба, тушенная в томате с овощами			130	9,5	6,8	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												
Рис припущенный			150	3,9	9,9	21	146		0,05	59	61	83	10	0,4
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №305														
Крупа рис пропаренный*	40,00	40												
Масло сливочное*	5,00	5												
Соль*	0,30	0,3												
Напиток из плодов шиповника			200	0,1	0,15	14,97	59,88	36,9	0,02	20,5	0,3	0,01		0,05
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №388														
Шиповник*	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												
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												
Витаминизация 35(руб)														
Батончик злаковый "Витаминный"			40	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14
Батончик злаковый*	40,00	40												
Итого:				26,63	27,78	111,22	801,68	48,1	0,45	224,5	332,5	363,31	75,4	3,6





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, ВРЕМЕННО ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ДИРЕКТОРА	019C849000BAAE86B84011A3D8AB529314 с 20.06.2022 11:36 по 20.09.2023 11:36 GMT+03:00	30.08.2022 09:31 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 42" Пушкина Ольга Борисовна, ВРЕМЕННО ИСПОЛНЯЮЩИЙ ОБЯЗАННОСТИ ДИРЕКТОРА	2F3F449EB58AFE792870CB8FE102C66F с 08.07.2022 13:31 по 01.10.2023 13:31 GMT+03:00	31.08.2022 08:39 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа