

УТВЕРЖДАЮ «Цитранис»
 Директор ООО «Цитранис»
 Курганская обл. Курганский район
 Курганское ФЮ

МАСЛО ПОЛИСЫРОВОЕ
 ПОЛИСЫРОВОЕ
 СП

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	Выход	День						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	6	7	7	
1	2		3	4	5	6	6	7		
Завтрак										
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	33	250	9,44	12,17	40,62			309,24	
399/2017м	блинчики (оладьи) с молоком ступенчатым	27	70	5,08	4,78	19,29			140,50	
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	0,40	9,80			47,00	
382/2017м	какао с молоком	22	200	4,08	3,54	17,58			118,6	
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,46	30	2,37	0,3	14,49			70,14	
	Итого		650	21,37	21,19	101,78			685,48	
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75			544-680	

2И Завтрак										
п.т	Йогурт	23	100	1,50	0,10	11,00			50,00	
210/2017м	омлет натуральный	35	150	12,7	18	3,3			225,5	
	Итого	158,46								



1 неделя

2 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества /г/						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	В	С	Д	
1	2		3	4	5	6	7			
47/2017 м	капуста квашеная	17	100	1,7	5	8,45			87,5	
77/1/2022 /54-Зсс/2022н	Котлета рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	45	100/20	12,3	8,9	6,9			156,9	
125/2017м	картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94	20,98			157,50	
701/2010м	хлеб пшеничный	3,46	30	2,37	0,3	14,49			70,14	
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	16	200	0,66	0,09	32,03			132,8	
	Итого		480	20,06	20,23	82,85			604,84	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75			544-680	

2й Завтрак

389/2017м	Сок фруктовый	23	150	0,075	0	15,15			63,6
398/2017м	блинчики с ягодной начинкой	35	70	2,7	3,81	31,48			171,01
	Итого	158,46							



№ рец. по сбор	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	3 день					Энергет. ценность
				Б	Ж	У	5	6	
1	2		3	4	5	6	7		
				Завтрак					
70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (огурец)	22	100	1,12	0,2	3,6	22		
77-2/2022/332/2017м	биточки, котлеты куриные из п.ф высокой степени готовности с соусом	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85		
203/2017м	макарроны отварные с маслом	15	150	5,40	4,90	32,80	196,80		
54-3гн/2022гн	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62		
701/2010м	хлеб пшеничный	3,46	50	3,95	0,5	24,15	116,90		
	Итого		620	20,78	16,95	82,82	545,55		
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		

		2й завтрак					
п.т	кисломолочный продукт "Ряженка"	23	150	4,50	3,70	6,00	75,75
208/2017м	лапшевник с творогом	35	150	14,50	9,04	41,49	310,00
	Итого	158,46					



№ рец.	№ п/п	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	4 день						Энергет. ценность
					Пищевые вещества /г/						
					Б	Ж	У				
					4	5	6				
1 неделя											
по сбор.	1	2		3							7
188/2017м		Запеканка рисовая с творогом и молоком стученым 200/50	60	250	18,37	19,25	54,71				465,60
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80				47,00
701/2010м		хлеб пшеничный	3,46	30	2,37	0,3	14,49				70,14
54-2гн/2022н		чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15				60
		Итого		550	21,21	19,97	94,00				642,74
		Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75				544-680

2й завтрак										
Завтрак										
389/2017м		Сок фруктовый	23	150	0,075	0	15,15			63,6
п.т.		вареники с картофелем в сметаной	35	150	6,3	2,9	44,1			227,7
		Итого	158,46							



№ рец.	1	по сбор.	Наименование блюд	2	Цена руб.	Выход						Энергет. ценность	
						Пищевые вещества/г/							7
1 неделя							5 День						
							Б	Ж	У				
							4	5	6				
Завтрак													
52/2017м			свекла отварная с растительным маслом		15	100	1,4				8,27	92,8	
265/2017м			Плов с мясом		60	200	13,54	14,70	25,20		287,26	287,26	
701/2010м			хлеб пшеничный		5,46	50	3,95	0,5	24,15		116,90	116,90	
389/2017м			Сок фруктовый		20	200	1	0	24,62		136,48	136,48	
			Итого			550	19,89	21,20	82,24		633,44	633,44	
			Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%			550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680	544-680	

2й завтрак													
							Б	Ж	У				
							4	5	6				
п.т			МОЛОКО		23	150	4,40	3,80	7,20		81,00	81,00	
403/2017м			оладьи с яблоком и стученным молоком		35	135	9,55	9,71	54,58		343,91	343,91	
			Итого		158,46								



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Дитанкс»
Корголюк Е.Ю.



СОГЛАСОВАНО:
МКУ «Помощь в поисках СД»
Иванова
08.04.2022

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	Выход	Пшеничные вещества/г/					Энергет. ценность
				Б	Ж	У	6	7	
2 неделя									
1	2		3	4	5	6	7		
8 день									
Завтрак									
70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	22	100	0,8	0,1	1,7	10		
77/6/2022	Котлеты мясокрупные из п./ф. высокой степени готовности	38	100	9,93	12,66	5,76	176,70		
171/2017м	Каша рисовая рассычатая с маслом	20	180	6,36	6,96	42,00	256,08		
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,46	50	3,95	0,5	24,15	116,90		
	Итого		630	21,17	20,24	88,81	621,68		
	Норма завтрака по СанПиН 2.0/9. 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680		
2й завтрак									
п.т	молочный продукт "Граженка"	23	150	4,50	3,70	6,00	75,75		
208/2017м	лапшевник с творогом	35	150	14,50	9,04	41,49	310,00		
	Итого	158,46							



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО «Питание»
 Коротковско ЕЮ 01.04.22



Согласовано:
 Подписавший
 01.04.22

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	9 день					Энергет. ценность
					Б	Ж	У	6	7	
1	2			3	4	5	6	7		
2 неделя										
182/2022м		Каша молочная пшеничная жидкая с маслом и сахаром	38	10,38	13,71	43,27	337,99		64,20	
399/2017м		блинчики (оладьи) с повидлом	27	5,08	4,78	19,29	140,50		147,85	
338/2017м		фрукт свежий (яблоко)	17	0,40	0,40	9,80	47,00		280,44	
54-2гн/2022н		чай с сахаром	15	0,07	0,02	15	60		60	
701/2010м		хлеб пшеничный	3,46	3,95	0,5	24,15	116,90		116,90	
		Итого		135	19,410	111,510	702,390		669,39	
		Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75		544-680	
2й завтрак										
389/2017м		Сок фруктовый	23	150	0,075	0	15,15		63,6	
п.т		вареники с картофелем в сметаной	35	150	6,3	2,9	44,1		227,7	
		Итого	158,46							

УТВЕРЖАЮ
 Директор ООО "Питание"
 [Подпись] Курдюмово ЕЮ

УТВЕРЖАЮ
 Директор ООО "Питание"
 [Подпись] Курдюмово ЕЮ

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	10 день						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
1	2		3	Б	Ж	У	4	5	6	7
2 неделя										
67/2017	внерег овощной	25	1,30	4,50	7,70	76,00				76,00
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности, с маслом	36	12,83	12,97	10,27	209,13				209,13
125/2017М	картофель отварной с маслом	19	3,03	5,94	20,98	157,50				157,50
701/2010м	хлеб пшеничный	5,46	3,95	0,5	24,15	116,90				116,90
54-3пн/2022н	чай с сахаром и лимоном	15	0,13	0,02	15,2	62				62
	Итого		11,3	23,93	78,30	621,53				621,53
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75				544-680

2й Завтрак										
п.т	Наименование блюд	Цена руб.	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
403/2017м	2		3	Б	Ж	У	4	5	6	7
	молоко	23	150	4,40	3,80	7,20				81,00
	оладьи с яблоком и стученым молоком	35	135	9,55	9,71	54,58				343,91
	Итого	158,46								

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ										
п.т	Наименование блюд	Цена руб.	Выход в гр	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
				Пищевые вещества/г/						
1	2		3	Б	Ж	У	4	5	6	7
	Итого за весь период		4843	205,640	350,770	2044,750				6293,00
	Среднее значение за период		484,321	20,564	35,077	204,475				629,3
	Итого за весь период		3965	41,450	33,520	270,920				1672,07
	Среднее значение за период		396,5	4,145	3,352	27,092				167,207

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов ФГБУ НИИЗД Минздрава России, НИИ ГИОЗДИП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель. Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.
 Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2011. - 544с.
 Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

