

СГМУП "Комбинат школьного питания"

СОГЛАСОВАНО:

Начальник ГОУ "Роспотребнадзор" по ХМАО-Югра

в г. Сургулине Сургутском районе

О.А. Пасынкова.

2015г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГОУ

2015г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор СГМУП "Комбинат школьного питания"

Свицкова Т.Г.

Примерное двухнедельное меню для учащихся, питающихся на сумму дотационных выплат

Понедельник

| Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
|---------------------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| | | всего | всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A, мкг | TЭ, мг | B1, мг | C, мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Вареники с картофелем № 725 | 150 | 6,20 | 3,95 | 36,65 | 210,60 | 31,65 | 22,1 | 80,04 | 1,26 | 8,25 | 2,07 | 0,1 | 1,18 | 26,28 |
| Масло сливочное | 5 | 0,02 | 3,63 | 0,04 | 32,90 | 0,53 | 0 | 0,83 | 0,01 | 17,7 | 0,05 | 0 | 0 | 2,65 |
| Чай с молоком № 630 (сб-к96г) | 200 | 1,61 | 1,76 | 17,01 | 87,04 | 58,64 | 6,65 | 41,85 | 0,09 | 15 | 0,05 | 0,02 | 0,26 | 6,3 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 9,91 | 9,55 | 66,74 | 394,40 | 95,9 | 32,3 | 139 | 1,64 | 41 | 2,49 | 0,14 | 1,44 | 37,63 |
| Вторник | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | всего | всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A, мкг | TЭ, мг | B1, мг | C, мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокачанной капусты №43 | 60 | 0,86 | 2,98 | 5,33 | 51,03 | 24,54 | 8,89 | 16,48 | 0,32 | 0 | 1,39 | 0,01 | 8,66 | 3,07 |
| Плов из птицы № 492 | 150 | 15,09 | 16,83 | 27,05 | 322,51 | 25,49 | 36,12 | 170,9 | 1,48 | 70,66 | 0,51 | 0,08 | 1,41 | 37,29 |
| Чай с сахаром № 685 | 200 | 0,18 | 0,04 | 14,71 | 57,02 | 0,44 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,28 |
| Хлеб столичный | 34 | 2,11 | 0,36 | 10,33 | 54,95 | 10,47 | 13,9 | 46,74 | 1,15 | 0 | 0,48 | 0,04 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 18,24 | 20,22 | 57,42 | 485,50 | 60,9 | 58,9 | 234 | 3 | 70,7 | 2,37 | 0,13 | 10,1 | 45,04 |
| Среда | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | всего | всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A, мкг | TЭ, мг | B1, мг | C, мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронны запеченные с сыром № 334 | 150 | 8,07 | 8,07 | 33,34 | 242,07 | 102,3 | 10,96 | 92,93 | 0,85 | 39,96 | 0,91 | 0,07 | 0,03 | 19,03 |
| Масло сливочное | 10 | 0,05 | 7,26 | 0,07 | 65,80 | 1,06 | 0 | 1,65 | 0,02 | 35,4 | 0,1 | 0 | 0 | 5,3 |
| Компот из яблок № 631 Сборник 2004 г. | 200 | 0,20 | 0,10 | 25,40 | 99,00 | 6,3 | 3,13 | 3,83 | 0,83 | 0 | 0,08 | 0,01 | 1,6 | 8 |
| Хлеб прибрежный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 3,2 |
| Итого за прием | | 10,40 | 15,64 | 71,85 | 470,73 | 115 | 17,6 | 115 | 1,98 | 75,4 | 1,41 | 0,1 | 1,63 | 35,53 |

СГМУП "Комбинат школьного питания"

| Четверг | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | всего | всего | | | Са | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлебец печеночный утв КС от 13.03.2002 | 80 | 10,02 | 5,08 | 4,77 | 104,94 | 17,33 | 14,97 | 165,5 | 3,44 | 2579 | 0,68 | 0,13 | 7,58 | 23,15 |
| Капуста жареная № 535 сборник р-р2004 г | 150 | 3,64 | 5,16 | 14,83 | 120,41 | 93,6 | 33,68 | 67,4 | 1,36 | 30,98 | 0,33 | 0,05 | 28,16 | 11,36 |
| Напиток апельсиновый №699 | 200 | 0,19 | 0,04 | 23,42 | 90,94 | 7,22 | 2,49 | 4,4 | 0,12 | 0 | 0,04 | 0,01 | 5,28 | 5,18 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,14 | 0,24 | 12,75 | 62,89 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 15,99 | 10,51 | 76,73 | 466,48 | 39,8 | 42,4 | 247 | 4,14 | 2606 | 1 | 0,17 | 12,9 | 42,09 |
| Пятница | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | всего | всего | | | Са | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная из хлопьев овсяных "Герк | 200 | 7,84 | 12,27 | 30,94 | 266,91 | 139,5 | 64,68 | 211,4 | 1,65 | 56,84 | 0,77 | 0,19 | 0,49 | 19,03 |
| Масло сливочное | 10 | 0,05 | 7,26 | 0,07 | 65,80 | 1,06 | 0 | 1,65 | 0,02 | 35,4 | 0,1 | 0 | 0 | 5,3 |
| Какао с молоком №693 | 200 | 3,79 | 4,02 | 24,56 | 145,52 | 122 | 29,45 | 108,1 | 1,01 | 30 | 0,11 | 0,04 | 0,52 | 14,6 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 13,76 | 23,76 | 68,62 | 542,10 | 268 | 97,7 | 338 | 2,95 | 122 | 1,3 | 0,25 | 1,01 | 41,33 |
| Суббота | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | всего | всего | | | Са | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом № 315 | 200 | 10,11 | 10,80 | 56,34 | 366,08 | 56,18 | 35,98 | 162,4 | 1,03 | 52,51 | 0,55 | 0,06 | 0,07 | 39,82 |
| Компот из смеси сухофруктов № 639 | 200 | 0,45 | 0,14 | 30,83 | 122,32 | 16,1 | 19,38 | 15,44 | 0,64 | 0 | 0,36 | 0 | 0,24 | 7,95 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 12,64 | 11,14 | 100,22 | 552,26 | 77,4 | 58,9 | 194 | 1,95 | 52,5 | 1,23 | 0,09 | 0,31 | 50,17 |
| Понедельник | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | всего | всего | | | Са | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная гречневая сборник 2004 г | 200 | 8,73 | 11,68 | 33,37 | 274,99 | 125,1 | 108,3 | 227,8 | 3,33 | 65,52 | 0,57 | 0,24 | 1,19 | 16,12 |
| Масло сливочное | 10 | 0,05 | 7,26 | 0,07 | 65,80 | 1,06 | 0 | 1,65 | 0,02 | 35,4 | 0,1 | 0 | 0 | 5,3 |
| Кофейный напиток № 692 | 200 | 2,60 | 2,00 | 21,86 | 111,60 | 58,78 | 6,65 | 41,85 | 0,11 | 15 | 0,05 | 0,02 | 0,26 | 11,17 |

СГМУП "Комбинат школьного питания"

| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Итого за прием | | 13,45 | 21,14 | 68,35 | 516,25 | 190 | 118 | 288 | 3,74 | 116 | 1,04 | 0,28 | 1,45 | 34,99 |
| Вторник | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Рагу из птицы № 489 | 150 | 11,32 | 8,95 | 15,39 | 188,86 | 25,91 | 30,57 | 126,8 | 1,36 | 12,07 | 1,97 | 0,08 | 2,27 | 36,03 |
| Напиток из шиповника №705 | 200 | 0,64 | 0,25 | 26,95 | 110,54 | 11,09 | 2,96 | 2,96 | 0,57 | 0 | 0,76 | 0,01 | 80 | 9,84 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 14,04 | 9,40 | 55,39 | 363,26 | 42,1 | 37,1 | 146 | 2,22 | 12,1 | 3,05 | 0,12 | 82,3 | 48,27 |
| Среда | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом № 315 | 200 | 10,11 | 10,80 | 56,34 | 366,08 | 56,18 | 35,98 | 162,4 | 1,03 | 52,51 | 0,55 | 0,06 | 0,07 | 39,82 |
| Чай с лимоном № 686 | 200/7 | 0,25 | 0,06 | 14,91 | 59,39 | 3,15 | 0,8 | 1,43 | 0,08 | 0 | 0,01 | 0 | 1,12 | 4,04 |
| Итого за прием | | 10,36 | 10,86 | 71,26 | 425,47 | 59,3 | 36,8 | 164 | 1,11 | 52,5 | 0,56 | 0,06 | 1,19 | 43,86 |
| Четверг | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели рыбные № 394 | 80 | 7,83 | 5,84 | 7,33 | 113,89 | 19,21 | 13,9 | 77,51 | 0,56 | 10,74 | 2,5 | 0,08 | 0,53 | 24,77 |
| Картофель отварной № 203 | 150 | 2,97 | 5,54 | 22,56 | 154,64 | 22,6 | 32,52 | 83,57 | 1,33 | 35,4 | 0,21 | 0,13 | 6,19 | 11,86 |
| Чай с сахаром № 685 | 200 | 0,18 | 0,04 | 14,71 | 57,02 | 0,44 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,28 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 13,07 | 11,62 | 57,64 | 389,41 | 47,4 | 50 | 178 | 2,21 | 46,1 | 3,03 | 0,23 | 6,73 | 41,31 |

СГМУП "Комбинат школьного питания"

| Пятница | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Са | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Шницели школьные КС от 20.03.1999 г | 75 | 10,83 | 8,64 | 10,51 | 164,14 | 21,92 | 16,43 | 110 | 1,63 | 9,56 | 0,53 | 0,05 | 0,48 | 50,92 |
| Капуста тушёная №534 | 150 | 3,69 | 4,09 | 14,83 | 110,41 | 93,6 | 33,68 | 67,4 | 1,36 | 30,98 | 0,33 | 0,05 | 28,16 | 11,78 |
| Чай с лимоном № 686 | 200/7 | 0,25 | 0,06 | 14,91 | 59,39 | 3,15 | 0,8 | 1,43 | 0,08 | 0 | 0,01 | 0 | 1,12 | 4,04 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 19,13 | 13,28 | 56,23 | 421,75 | 119 | 56,4 | 202 | 3,08 | 59,5 | 1,37 | 0,15 | 29,8 | 69,14 |
| Суббота | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Са | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Сыр Российский | 10 | 2,10 | 2,50 | 0,00 | 31,43 | 74,46 | 2,93 | 41,83 | 0,08 | 15 | 0,05 | 0 | 0,03 | 6,92 |
| Каша пшеничная молочная № 311 табл. № 4 | 200 | 4,91 | 3,52 | 28,78 | 167,14 | 117 | 26,45 | 123,5 | 0,4 | 19,01 | 0,23 | 0,05 | 0,55 | 15,31 |
| Масло сливочное | 10 | 0,05 | 7,26 | 0,07 | 65,80 | 1,06 | 0 | 1,65 | 0,02 | 35,4 | 0,1 | 0 | 0 | 7,58 |
| Кофейный напиток № 692 | 200 | 2,60 | 2,00 | 21,86 | 111,60 | 58,78 | 6,65 | 41,85 | 0,11 | 15 | 0,05 | 0,02 | 0,26 | 9,99 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,2 |
| Итого за прием | | 11,73 | 15,48 | 63,76 | 439,83 | 256 | 39,6 | 225 | 0,88 | 84,4 | 0,75 | 0,09 | 0,84 | 42 |
| Среднедневное значение | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 13,56 | 14,38 | 67,85 | 455,62 | 114,2 | 53,84 | 205,8 | 2,454 | 0,278 | 1,633 | 0,151 | 12,46 | 44,02 |

Основание: СанПин 2.4.5.2409-08

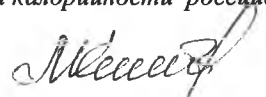
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М. Скурихин, В.А. Тутельян Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва. ДелЛи Принт 2008г

Закон ХМАО-Югры от 07.02.2011г. № 65-ОЗ.

Главный технолог



Маковецкая Е.Б.

СГМУП "Комбинат школьного питания"

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 13,45 | 21,14 | 68,35 | 516,25 | 190 | 118 | 288 | 3,74 | 116 | 1,04 | 0,28 | 1,45 | 34,99 |
| Вторник | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | А.мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Рагу из птицы № 489 | 150 | 11,32 | 8,95 | 15,39 | 188,86 | 25,91 | 30,57 | 126,8 | 1,36 | 12,07 | 1,97 | 0,08 | 2,27 | 36,03 |
| Напиток из шиповника №705 | 200 | 0,64 | 0,25 | 26,95 | 110,54 | 11,09 | 2,96 | 2,96 | 0,57 | 0 | 0,76 | 0,01 | 80 | 9,84 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 14,04 | 9,40 | 55,39 | 363,26 | 42,1 | 37,1 | 146 | 2,22 | 12,1 | 3,05 | 0,12 | 82,3 | 48,27 |
| Среда | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | А.мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом № 315 | 200 | 10,11 | 10,80 | 56,34 | 366,08 | 56,18 | 35,98 | 162,4 | 1,03 | 52,51 | 0,55 | 0,06 | 0,07 | 39,82 |
| Чай с лимоном № 686 | 200/7 | 0,25 | 0,06 | 14,91 | 59,39 | 3,15 | 0,8 | 1,43 | 0,08 | 0 | 0,01 | 0 | 1,12 | 4,04 |
| Итого за прием | | 10,36 | 10,86 | 71,26 | 425,47 | 59,3 | 36,8 | 164 | 1,11 | 52,5 | 0,56 | 0,06 | 1,19 | 43,86 |
| Четверг | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | А.мкг | ТЭ,мг | В1,мг | С,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Тефтели рыбные № 394 | 80 | 7,83 | 5,84 | 7,33 | 113,89 | 19,21 | 13,9 | 77,51 | 0,56 | 10,74 | 2,5 | 0,08 | 0,53 | 24,77 |
| Картофель отварной № 203 | 150 | 2,97 | 5,54 | 22,56 | 154,64 | 22,6 | 32,52 | 83,57 | 1,33 | 35,4 | 0,21 | 0,13 | 6,19 | 11,86 |
| Чай с сахаром № 685 | 200 | 0,18 | 0,04 | 14,71 | 57,02 | 0,44 | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,28 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 13,07 | 11,62 | 57,64 | 389,41 | 47,4 | 50 | 178 | 2,21 | 46,1 | 3,03 | 0,23 | 6,73 | 41,31 |

СГМУП "Комбинат школьного питания"

| Пятница | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Шницели школьные КС от 20.03.1999 г | 75 | 10,83 | 8,64 | 10,51 | 164,14 | 21,92 | 16,43 | 110 | 1,63 | 9,56 | 0,53 | 0,05 | 0,48 | 50,92 |
| Капуста тушёная №534 | 150 | 3,69 | 4,09 | 14,83 | 110,41 | 93,6 | 33,68 | 67,4 | 1,36 | 30,98 | 0,33 | 0,05 | 28,16 | 11,78 |
| Чай с лимоном № 686 | 200/7 | 0,25 | 0,06 | 14,91 | 59,39 | 3,15 | 0,8 | 1,43 | 0,08 | 0 | 0,01 | 0 | 1,12 | 4,04 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,4 |
| Итого за прием | | 19,13 | 13,28 | 56,23 | 421,75 | 119 | 56,4 | 202 | 3,08 | 59,5 | 1,37 | 0,15 | 29,8 | 69,14 |
| Суббота | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | Цена |
| | | г всего | г всего | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мкг | TЭ,мг | B1,мг | C,мг | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Сыр Российский | 10 | 2,10 | 2,50 | 0,00 | 31,43 | 74,46 | 2,93 | 41,83 | 0,08 | 15 | 0,05 | 0 | 0,03 | 6,92 |
| Каша пшениная молочная № 311 табл. № 4 | 200 | 4,91 | 3,52 | 28,78 | 167,14 | 117 | 26,45 | 123,5 | 0,4 | 19,01 | 0,23 | 0,05 | 0,55 | 15,31 |
| Масло сливочное | 10 | 0,05 | 7,26 | 0,07 | 65,80 | 1,06 | 0 | 1,65 | 0,02 | 35,4 | 0,1 | 0 | 0 | 7,58 |
| Кофейный напиток № 692 | 200 | 2,60 | 2,00 | 21,86 | 111,60 | 58,78 | 6,65 | 41,85 | 0,11 | 15 | 0,05 | 0,02 | 0,26 | 9,99 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,08 | 0,21 | 13,04 | 63,86 | 5,13 | 3,55 | 16,48 | 0,28 | 0 | 0,32 | 0,02 | 0 | 2,2 |
| Итого за прием | | 11,73 | 15,48 | 63,76 | 439,83 | 256 | 39,6 | 225 | 0,88 | 84,4 | 0,75 | 0,09 | 0,84 | 42 |
| Среднедневное значение | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 13,56 | 14,38 | 67,85 | 455,62 | 114,2 | 53,84 | 205,8 | 2,454 | 0,278 | 1,633 | 0,151 | 12,46 | 44,02 |

Основание: СанПин 2.4.5.2409-08

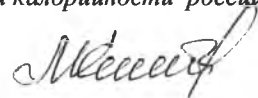
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М. Скурихин, В.А. Тутельян Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва. ДеЛи Принт 2008г

Закон ХМАО-Югры от 07.02.2011г. № 65-ОЗ.

Главный технолог



Маковецкая Е.Б.