

Неделя: вторая, четвертая

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)		
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет	
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет			
7 день	ОБЕД												
	ПП	Икра овощная	60	100	1,02	1,70	5,40	9,00	5,40	9,00	74,28	123,80	
	47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	200	250	6,16	7,70	5,70	7,13	14,28	17,85	133,06	166,33	
	443/2004г	Плов*	240	250	25,92	27,00	14,16	14,75	45,36	47,25	412,56	429,75	
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,20	0,10	0,10	9,30	9,30	38,90	38,90	
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18	
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76	
		ИТОГО ОБЕД:	760	860	37,94	41,24	25,98	31,595	102,04	111,1	793,74	893,715	
		*замена кулинарного изделия											
	451/2004г	Шницель	90	100	14,31	15,90	12,96	14,40	14,40	16,00	231,48	257,20	
94/2008г	Рис припущенный	150	180	3,45	4,14	5,55	6,66	35,10	42,12	204,15	244,98		
8 день	ОБЕД												
	ПП	Огурцы консервированные (порциями)	60	100	0,00	0,00	0,00	0,00	1,80	3,00	7,20	12,00	
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем	200	250	3,54	4,43	5,78	7,23	8,94	11,18	101,94	127,43	
	452/2004г	Биточки особые	90	100	12,15	13,50	18,90	21,00	8,91	9,90	254,34	282,60	
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	180	5,45	6,53	6,75	8,10	33,75	40,50	217,53	261,04	
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70	
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18	
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76	
		ИТОГО ОБЕД:	760	890	26,38	29,70	32,15	37,05	101,20	112,38	799,65	901,70	
		*замена кулинарного изделия											
9 день	ОБЕД												
	17/2008г	Салат из квашеной капусты	60	100	0,96	1,60	2,99	4,99	5,54	9,24	52,96	88,27	
	157/2004г	Солянка домашняя	200	250	11,60	14,50	9,00	11,25	13,00	16,25	179,40	224,25	
	88/2008г	Котлета рыбная "Нептун"	90	100	11,52	12,80	12,24	13,60	8,91	9,90	191,88	213,20	
	92/2008г	Картофельное пюре	150	180	3,15	3,78	5,25	6,30	21,90	26,28	147,45	176,94	
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,10	0,10	9,50	9,50	40,10	40,10	
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18	
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76	
		ИТОГО ОБЕД:	760	890	32,17	37,62	30,204	36,86	86,554	98,87	746,732	877,70	
		*замена кулинарного изделия											
63/2013г	Суп картофельный с яйцом (пуштышешыд)	200	250	4,86	6,08	6,76	8,45	13,14	16,43	132,84	166,05		
10 день	ОБЕД												
	30/2008г	Винегрет овощной	60	100	0,78	1,30	5,94	9,90	5,04	8,40	76,74	127,90	
	41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	3,60	4,50	5,78	7,23	7,24	9,05	95,38	119,23	
	63/2008г	Гуляш	90	100	10,80	12,00	21,60	24,00	4,50	5,00	255,60	284,00	
	510/2004г	Каша пшеничная вязкая	150	180	4,50	5,40	6,15	7,38	24,90	29,88	172,95	207,54	
	156/2008г	Напиток лимонный	200	200	0,10	0,10	0,00	0,00	24,20	24,20	97,20	97,20	
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18	
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76	
		ИТОГО ОБЕД:	760	890	24,42	27,94	40,09	49,13	93,58	104,23	832,81	970,81	
		*замена кулинарного изделия											
11 день	ОБЕД												
	TK-2	Огурцы свежие порционно	60	100	0,42	0,70	0,06	0,10	1,14	1,90	6,78	11,30	
	46/2008г	Суп картофельный с мак. изделиями	200	250	4,24	5,30	5,56	6,95	15,00	18,75	127,00	158,75	
	81/2008г	Фрикадельки "Петушок"*	90	100	12,87	14,30	15,39	17,10	8,55	9,50	224,19	249,10	
	216/2004г	Картофель тушеный*	150	180	3,15	3,78	9,60	11,52	27,75	33,30	210,00	252,00	
	496/2021г	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,67	0,67	0,27	0,27	18,30	18,30	78,31	78,31	
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18	
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76	
		ИТОГО ОБЕД:	760	890	25,99	29,39	31,5	36,56	98,44	109,45	781,22	884,4	
		*замена кулинарного изделия											
196/2013г	Капуста тушеная с мясом	230	250	16,81	18,28	22,77	24,75	14,42	15,68	329,87	358,55		
12 день	ОБЕД												
	26/2021г	Салат из свеклы отварной	60	100	0,84	1,40	3,66	6,10	4,58	7,63	54,61	91,02	
	100/2021г	Рассольник ленинградский	200	250	3,90	4,88	5,92	7,40	12,42	15,53	118,56	148,20	
	74/2008г	Колобки мясо-картофельные	90	100	8,01	8,90	18,27	20,30	8,01	8,90	228,51	253,90	
	510/2004г	Каша гречневая вязкая	150	180	4,50	5,40	3,48	4,18	19,55	23,45	127,50	153,00	
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70	
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18	
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76	
	ИТОГО ОБЕД:	760	890	22,49	25,82	32,05	38,70	92,35	103,31	747,82	864,76		

Список литературы

2004г	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004г (Под общей редакцией В.Т Лапшиной)
2008г	Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях УР. Ижевск 2008 г.
2013г	Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания детей в дошкольных организациях УР. Ижевск 2013 г.
2021г	Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, общеобразовательных школ. Уральский региональный центр питания. Пермь 2021 г. (Под общей редакцией А.Я. Превалова)