

СОГЛАСОВАНО:

Общеобразовательное учреждение



РАЗРАБОТАНО:

Общество с ограниченной ответственностью



Комбинат школьного питания «Русь»

Г. Ю. Качура

01 СЕН 2022

# Циклическое меню

## горячих завтраков учащихся

### с 7 до 11 лет

### на осенне-зимний период

### для столовых

# I неделя

## Комплекс №1

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
365		Омлет (яйцо С1, молоко 2,5% ГОСТ) с зеленым горошком	150/20	6,52	8,07	8,41	160,4	0,06	0,83	166,7	0,67	96,67	156,67	16,66	1,48				
ТК		Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50				
ТК		Масло сливочное 72,5% ГОСТ	10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,00	0,00	0,05	0,00	1,20	1,90	0,04	0,02				
ТК		Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК		Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
ТТК		Напиток из цикория на молоке 2,5% ГОСТ	180	1,62	1,17	12,78	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00	109,80	108,00	16,20	0,54				
ТК		Фрукты свежие по сезону	120	0,5	0	11,7	53,3	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7				
		<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>14,43</b>	<b>24,08</b>	<b>66,89</b>	<b>578,50</b>	<b>0,20</b>	<b>55,70</b>	<b>289,00</b>	<b>1,16</b>	<b>283,17</b>	<b>368,17</b>	<b>73,90</b>	<b>4,46</b>				

## Комплекс №2

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
433		Говядина (заднетазовая бескостная) тушеная с овощами	70/25	23,85	2,84	6,36	146,7	0,16	10,26	0,00	0,00	21,75	261,29	38,49	2,75				
149		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	233,7	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80				
ТТК		Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96				
ТК		Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК		Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
686		Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82				
		<b>Итого:</b>	<b>552</b>	<b>38,63</b>	<b>9,50</b>	<b>102,34</b>	<b>638,68</b>	<b>0,48</b>	<b>18,35</b>	<b>0,00</b>	<b>1,81</b>	<b>116,57</b>	<b>580,59</b>	<b>139,26</b>	<b>10,55</b>				

## Комплекс №3

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ Рецептура	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
451	Запеканка творожная (творог 9%) с джемом фруктовым	150/30	26,60	6,30	35,70	252	0,08	1,20	30,00	0,37	174,00	280,00	38,00	0,90				
97	Сыр твердых сортов (50% жирности)	24	5,6	7,04	0	86,08	0,02	0,18	62,40	0,08	211,20	120,00	8,48	0,00				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТТК	Какао с молоком 2,5% ГОСТ «Фитодар»	180	3,67	3,19	12,96	107,00	0,05	1,43	22,00	0,08	137,00	112,10	19,20	0,43				
ТК	Фрукты свежие по сезону	120	0,5	0	11,7	53,3	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7				
	<b>Итого:</b>	<b>544</b>	<b>39,41</b>	<b>16,85</b>	<b>80,04</b>	<b>591,98</b>	<b>0,23</b>	<b>22,81</b>	<b>114,45</b>	<b>0,97</b>	<b>550,20</b>	<b>552,10</b>	<b>82,28</b>	<b>2,47</b>				

## Комплекс №4

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ Рецептура	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
460	Котлета из мяса птицы ЦБ 6/к	90	16,30	9,36	12,06	151,6	0,07	0,72	36,00	0,03	52,20	97,20	27,00	1,62				
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	197,1	0,12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39				
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60				
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>27,91</b>	<b>16,10</b>	<b>101,82</b>	<b>600,70</b>	<b>0,32</b>	<b>19,72</b>	<b>36,03</b>	<b>0,49</b>	<b>205,80</b>	<b>245,46</b>	<b>87,80</b>	<b>7,36</b>				

## Комплекс №5

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
181/03	Печень говьяжья по- строгановски	75/50	16,87	11,50	10,75	198,7	0,23	15,80	6550,00	2,87	37,50	298,70	21,25	6,25				
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,20	1,20	22,10	112	0,15	5,60	4,00	0,00	40,00	82,50	30,00	1,00				
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
943	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,26	54,3	0,00	2,23	0,00	0,00	4,71	7,40	3,95	0,77				
ТК	Кондитерское изделие в пром./упаковке	1 шт.	3,10	2,10	12,30	80,00	0,01	0,03	0,11	0,24	41,30	124,40	15,30	2,60				
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>28,12</b>	<b>15,46</b>	<b>89,57</b>	<b>595,00</b>	<b>0,50</b>	<b>38,66</b>	<b>6554,11</b>	<b>3,57</b>	<b>222,51</b>	<b>586,20</b>	<b>97,50</b>	<b>12,37</b>				

## Комплекс №6

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
	<b>Завтрак</b>																	
	Котлета рыбная из филе минтая	90	11,79	5,04	8,37	95,14	0,11	1,08	18,00	0,03	29,70	140,40	23,40	1,08				
241/21	Рис отварной с овощами с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,67	3,07	34,30	177,14	0,04	0,03	0,07	2,60	18,40	84,30	27,70	0,15				
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82				
	<b>Итого:</b>	<b>547</b>	<b>21,44</b>	<b>14,74</b>	<b>90,44</b>	<b>547,36</b>	<b>0,25</b>	<b>38,62</b>	<b>140,27</b>	<b>3,12</b>	<b>110,92</b>	<b>321,00</b>	<b>85,87</b>	<b>3,77</b>				

## II неделя

### Комплекс №1

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/10	4,80	7,00	51,60	226,1	2,00	0,00	0,00	0,00	20,00	102,00	36,00	0,80				
ТК	Масло сливочное 72,5% ГОСТ	10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,00	0,00	0,05	0,00	1,20	1,90	0,04	0,02				
97	Сыр твердых сортов (50% жирности)	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39,00	0,05	132,00	75,00	5,30	0,00				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
ТТК	Какао с молоком 2,5% ГОСТ «Фитодар»	180	3,67	3,19	12,96	107,00	0,05	1,43	22,00	0,08	137,00	112,10	19,20	0,43				
	<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>16,26</b>	<b>23,36</b>	<b>93,52</b>	<b>597,50</b>	<b>2,14</b>	<b>1,54</b>	<b>61,05</b>	<b>0,59</b>	<b>305,20</b>	<b>348,60</b>	<b>75,54</b>	<b>2,47</b>				

### Комплекс №2

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
494	Бефстроганов из говядины заливочной бескостной (сметана 15% ГОСТ)	70/50	11,69	7,90	4,10	135	0,06	0,56	21,00	0,30	26,60	126,00	168,00	1,33				
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	197,1	0,12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39				
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
943	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,26	54,3	0,00	2,23	0,00	0,00	4,71	7,40	3,95	0,77				
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>23,14</b>	<b>17,94</b>	<b>88,14</b>	<b>591,00</b>	<b>0,29</b>	<b>8,24</b>	<b>21,03</b>	<b>2,11</b>	<b>111,41</b>	<b>294,06</b>	<b>235,75</b>	<b>5,67</b>				

## Комплекс №3

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>																
366	Рыба (филе Горбуши) запеченная в томате с овощами	80/50	16,10	11,30	6,30	161,9	0,13	2,84	325,00	0,11	28,00	167,00	35,00	0,87		
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,20	1,20	22,10	112	0,15	5,60	4,00	0,00	40,00	82,50	30,00	1,00		
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53		
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78		
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82		
ТК	Блинчик с джемом фруктовым	47/20	2,59	1,38	18,35	96,00	0,05	0,06	10,00	0,00	11,30	31,80	9,80	0,55		
	<b>Итого:</b>	<b>654</b>	<b>27,02</b>	<b>14,56</b>	<b>91,76</b>	<b>573,58</b>	<b>0,44</b>	<b>26,14</b>	<b>339,00</b>	<b>0,57</b>	<b>185,62</b>	<b>363,20</b>	<b>106,57</b>	<b>4,99</b>		

## Комплекс №4

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>																
ТТК	Птица запеченная (Белдроп ЦБ)	90	8,73	4,05	4,17	110,7	0,06	0,00	63,00	0,14	39,60	19,80	160,20	1,71		
241/21	Рис отварной с овощами с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,67	3,07	34,30	177,14	0,04	0,03	0,07	2,60	18,40	84,30	27,70	0,15		
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96		
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44		
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78		
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60		
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>19,11</b>	<b>11,64</b>	<b>99,05</b>	<b>594,44</b>	<b>0,23</b>	<b>9,48</b>	<b>63,07</b>	<b>4,55</b>	<b>111,50</b>	<b>219,70</b>	<b>235,90</b>	<b>6,64</b>		

## Комплекс №5

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
ТТК	Тедфеаи из мяса	90/30	6,70	7,29	8,64	135	0,03	0,81	0,00	0,00	19,80	96,30	17,10	0,70				
470	Картофель отварной с маслом сливочным 72,5% ГОСТ, зеленью	150	3	0,6	23,7	112,5	0,15	21,7	0	0	18	81	33	1,2				
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
ТТК	Кисель из концентрата пром/производства "Фитодар" «Фитодар»	180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09				
ТК	Фрукты свежие по сезону	120	0,5	0	11,7	53,3	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7				
	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>15,18</b>	<b>8,53</b>	<b>95,72</b>	<b>580,40</b>	<b>0,33</b>	<b>59,49</b>	<b>0,05</b>	<b>0,46</b>	<b>164,90</b>	<b>271,70</b>	<b>90,80</b>	<b>4,44</b>				

## Комплекс №6

Возрастная категория 7-11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептура	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>Завтрак</b>																		
331/21	Биштекс из мяса	90	14,00	9,50	0,00	142	0,05	0,00	56,25	0,05	33,00	133,50	16,50	1,03				
149	Каша кукурузная с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	6,80	5,60	35,40	200	0,20	0,00	20,00	2,70	17,80	138,00	48,80	1,60				
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53				
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44				
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78				
460/21	Чай с сахаром с молоком	140/40	2,67	2,34	14,31	89	0,04	1,20	18,00	0,00	113,90	83,50	13,90	0,37				
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>28,36</b>	<b>18,08</b>	<b>80,87</b>	<b>581,00</b>	<b>0,40</b>	<b>16,20</b>	<b>94,25</b>	<b>3,21</b>	<b>263,70</b>	<b>428,20</b>	<b>106,20</b>	<b>4,75</b>				

Генеральный директор

Технолог



Качура Г. Ю.

Каде С. М.



# ПРИЇОЖЖЕННЯ

Піраміда здорового харчування

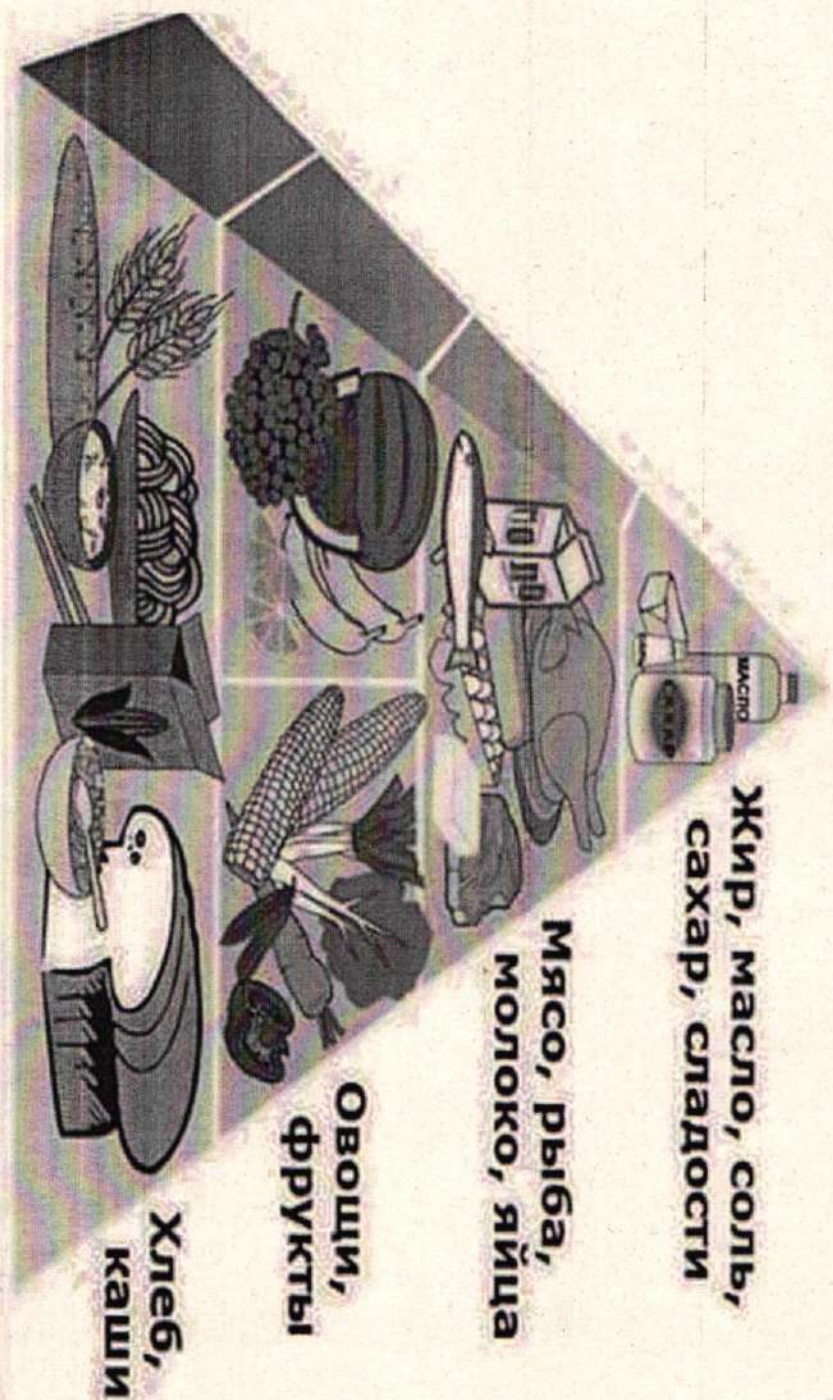


Таблица замены продуктов с учетом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции – заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9 %	120
Молоко питьевой с массовой долей жира 3,2 %	100	Молоко питьевой с массовой долей жира 2,5 %	100
		Молоко стужённое (цельное и с сахаром)	40
		Стужённо-варёное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9 %	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
		Мясо говядина	83
Творог с массовой долей жира 9 %	100	Рыба (треска)	105
		Творог с массовой долей жира 9 %	31
Яйцо куриное ( 1 шт. )	41	Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	7
		Сыр	20
		Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9 %	105
		Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
Рыба ( треска)	100	Бобы ( фасоль ), в том числе консервированные	33
		Горошек зелёный	40
		Горошек зелёный консервированный	64
		Кабачки	300
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктово-ягодные	133
		Сухофрукты:	133
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
Картофель	100	Изюм	22
		Фрукты свежие	100

# Таблица

## расхода соли при приготовлении блюд и изделий

№ п/п	Наименование блюд	Соль, г
1	Холодные блюда (на 1 подпико)	2-3
2	Супы (на 1000 г)	6-10
3	Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	
	Гречневая каша:	
	• Рассыпчатая из ядрицы	21
	• Вязкая	40
	Пшенная каша:	
	• Рассыпчатая	25
	• Вязкая	40
	Рисовая каша:	
	• Рассыпчатая	28
	• Вязкая	45
	Перловая каша:	
	• Рассыпчатая	30
	• Вязкая	45
	Овсяная каша вязкая	40
	Манная каша вязкая	45
	Кувудузная каша:	
	• Рассыпчатая	30
	• Вязкая	35
5	Блюда из бобовых (на 1 подпико отварных бобов)	3-4
6	Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30
7	Блюда из яиц (на 1 шт.)	0.25
8	Блюда из творога (на 1 кг)	10
9	Блюда из дыбы (на 1 подпико)	3
10	Блюда из мяса (на 1 подпико)	4
11	Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 подпико)	3-5

**ЙОДИРОВАННАЯ СОЛЬ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ В ЗАПРАВКЕ  
САЛАТОВ, ОВОЩНЫХ БЛЮДАХ, ДЛЯ  
ПРИГОТОВЛЕНИЯ ВСЕХ БЛЮД**

**КОМБИНАТ ПОЛУЧАЕТ ЙОДИРОВАННЫЙ ХЛЕБ,  
КОТОРЫЙ ПОСТАВЛЯЕТ  
ООО «АФИПСКИЙ ХЛЕБОКОМБИНАТ»**

**КУРИНОЕ ЯЙЦО ПОСТУПАЕТ НА КОМБИНАТ  
ЙОДИРОВАННОЕ**

Список используемой литературы:

1. «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под общей редакцией В. Т. Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.
2. «Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции», Москва, 2003г.
3. «Сборник рецептуры блюд для питания учащихся общеобразовательных учреждений города Москвы», Москва, 2003 г.
4. «Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания», Справочник-М.: Дели-принт, 2008 г., Скурихин И. М., Гутельян В. А.
5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
6. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций», утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой.

Ответственный исполнитель:

Инженер-технолог

ООО Комбинат школьного питания «Русь»

Контактные телефоны:

237-49-02 8-918-256-14-12



С. М. Каде