

СОГЛАСОВАНО
Директор ОУ

(подпись)



Генеральный директор
ФГБНУ «ФНЦБП»

(подпись)

УТВЕРЖДАЮ
Богатырева Ольга Юрьевна

Примерное циклическое меню для организации питания обучающихся в образовательных учреждениях г.Кургана с 7 до 11 лет (не менее 20% суточного рациона).

1 день														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак 114,37			500	35,06	32,01	79,39	746,52	2,21	0,27	0,52	316,2	538,99	76,76	6,03
Блинчик с повидлом			50	5,5	2,4	38	195,6			0,01	0,48	0,62	0,01	
Лечебное питание детей в стационарах №5,2														
Блинчики с повидлом (пром. производства)*			50											
Масло растительное*			1											
Масло сливочное*			2											
Омлет натуральный, с маслом сливочным			205	22,05	25,52	4,02	334,03	0,78	0,14	0,43	164,14	362,76	27,8	4,05
Сборник для обр. учрежд., 2011 г., Молочный №211														
Меланж*			160,00											
Молоко цельное*			60,00											
Масло сливочное*			5,00											
Масло растительное*			2,00											
Соль*			0,80											
Молочный напиток "Мокачино"			200	4	3,53	15,51	109,84	1,43	0,05	0,08	139,23	118,01	29,9	0,7
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995 г.) №11,52														
Кофейный напиток*			3,00											
Какао*			2,00											
Молоко цельное*			110,00			110								
Сахар*			10,00			10								
Вода			105,00			105								
Хлеб пшеничный			25	2	0,25	12,75	61,25		0,04		5,75	21	8,25	0,48
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995 г.) №15,2														
Хлеб пшеничный*			25,00			25								
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 1995 г.) №15,1														
Хлеб ржано пшеничный*			20,00			20								
Итого:				35,06	32,01	79,39	746,52	2,21	0,27	0,52	316,2	538,99	76,76	6,03
2 день														
Химический состав														
Наименование блюда			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак			500	39,69	16,39	94,65	678,02	61,05	0,21	65,23	409,11	440,15	70,93	6,37
Бутерброд с повидлом, батон "Молочный"			60	2,9	0,35	35,23	155,65	0,13	0,06		11,55	32,9	11,9	2,95

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №156															
		Батон "Молочный"		35,00											
		Повидло (ДЮ)*		25,00	25										
Пудинг из творога (запеченный), со сметаной															
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Корова. Пермь-2008г №153		210	33,95	15,61	33,71	407,2	60,72	0,1	62,73	380,56	365,57	40,33	1,18		
Творог* 144,90 142															
Крупа манная* 18,00 18															
Меланж* 10,60 10,6															
Сахар* 7,00 7															
Изюм* 10,00 10															
Масло сливочное* 6,00 6															
Хлеб пшеничный (для сухарей)* 4,05 2															
Сметана* 8,00 8															
Соль* 0,50 0,5															
Сметана* 10,00 10															
Чай фруктовый (вишня/яблоко)															
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №686		200	0,44	0,13	10,41	41,67	0,2		2,5	10,1	16,48	8,8	1,67		
Чай* 2,00 2															
Смесь ягодно-яблочная "Вишенка" 5,00 5															
Сахар* 10,00 10															
Вода 175,00 175															
Хлеб пшеничный															
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2		30	2,4	0,3	15,3	73,5		0,05	6,9	25,2	9,9	0,57			
Итого:															
		39,69	16,39	94,65	678,02	61,05	0,21	65,23	409,11	440,15	70,93	6,37			
3 день															
Наименование блюда															
		Брутто, г		Нетто, г		Химический состав				Наименование пищевых веществ					
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	Вт, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний			
Завтрак		506	34,85	19,79	115,21	783,09	3,29	0,32	8,17	309,27	410,55	59,69			
Котлета куриная "Пикантная"		90	18,11	6,72	10,27	174,01	0,69	0,1	6,03	39,08	157,87	13,39			
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499															
Хлеб пшеничный* 13,10 13,1															
Масло растительное* 5,00 5															
Лук репчатый* 4,76 4															
Молоко цельное* 22,00 22															
Грудка куриная* 91,78 67															
Соль* 0,40 0,4															
Хлеб пшеничный (для сухарей)* 6,50 4															
Макароны отварные															
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516		150	6,62	4,35	37,88	221,9		0,09	2,1	11,42	47,48	8,4	0,85		
Макаронные изделия* 52,50 52,5															
Масло сливочное* 6,00 6															
Соль* 0,60 0,6															
Кофейный напиток на цельном молоке (200/6/15)															
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №11.52		200	5,6	6,4	24,37	177,48	2,6	0,08	0,04	240,3	180	28	0,17		
Кофейный напиток* 6,00 6															
Молоко цельное* 200,00 200															
Сахар* 15,00 15															
Хлеб пшеничный															
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2		30	2,4	0,3	15,3	73,5		0,05	6,9	25,2	9,9	0,57			

[illegible]

Компот "Вкус лета"		Масло сливочное*	5,00	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									</
--------------------	--	------------------	------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

Ведомость контроля за рационом питания по примерному десятидневному циклическому меню для организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях г. Кургана в возрасте с 7 до 11 лет (завтрак, не менее 20% суточного рациона, пищевые вещества).

№ п/п	Наименование группы продуктов	Норма пищевых веществ (г, мг.)	Фактически выдано пищевых веществ в нетто по дням всего, (гр, мг.) на одного человека										В среднем за 10 дней
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	
1	Белки (г)	15,4	35,06	39,69	34,85	23,13	25,27	28,06	20,41	21,72	36,30	30,38	29,58
2	Жиры (г)	15,8	32,01	16,39	19,79	25,44	30,91	17,06	41,72	30,94	15,65	49,41	27,93
3	Углеводы (г)	67,0	79,39	94,65	115,21	91,72	85,77	126,76	133,00	75,61	78,04	96,39	94,25
4	Энергетическая ценность (ккал)	470,0	746,52	678,02	783,64	693,64	721,58	773,15	990,35	676,81	596,83	951,10	- 752,03
5	В1 (мг)	0,20	0,27	0,21	0,32	0,47	0,25	0,20	0,33	0,39	0,20	0,55	0,32
6	С (мг)	12,0	2,21	61,05	3,29	300,50	4,20	8,05	368,58	63,50	281,77	5,94	112,33
7	А (мг, рет. экв/сут)	140,0	0,52	65,23	8,17	15,15	145,20	206,05	58,39	2,65	65,76	720,53	137,97
8	Са (кальций, мг)	220,0	316,20	409,11	309,27	76,77	568,19	104,71	498,97	47,15	323,27	274,99	312,45
9	Р (фосфор, мг)	220,0	538,99	440,15	410,55	346,46	449,15	148,76	482,34	309,09	422,20	582,67	452,42
10	Mg (магний, мг)	50,0	76,76	70,93	59,69	98,27	102,80	66,01	103,06	75,59	72,19	213,60	93,42
11	Fe (железо, мг)	2,4	6,03	6,37	2,90	8,44	2,60	3,15	5,40	4,40	5,82	7,42	5,39

Главный технолог

Полынская О.Н.

Технолог

Алхимова К.Н.

Ведомость контроля за рационом питания (нетто) по примерному циклическому меню для организации питания в общеобразовательных учреждениях г.Кургана в возрасте с 7 до 11 лет (завтрак).

Категория питающихся: с 7 до 11 лет															
Наименования продуктов:		Норма Нетто	Вес Нетто	Среднее за 10 дней Нетто	% Выполнения	1 День Нетто	2 День Нетто	3 День Нетто	4 День Нетто	5 День Нетто	6 День Нетто	7 День Нетто	8 День Нетто	9 День Нетто	10 День Нетто
Хлеб ржаной		16,00	70,00	7,00	43,75	20,00			30,00				20,00		
Хлеб пшеничный		30,00	389,50	38,95	129,83	25,00	67,00	47,10	33,70	50,00	40,00	30,00	23,70	42,00	31,00
Мука пшеничная		3,00	16,00	1,60	53,33						6,00	10,00			
Крупы (злаки), бобовые		9,00	215,00	21,50	238,89		18,00			48,00		70,00		10,00	
Макаронные изделия		3,00	108,50	10,85	361,67			52,50			56,00				
Картофель		37,40	342,00	34,20	91,44			4,00	171,00		30,20		171,00		
Овощи (свежие, замороженные, консервированные)		56,00	128,80	12,88	23,00				23,00				23,00		48,60
Фрукты свежие		37,00	580,00	58,00	156,76		15,00		185,00		35,00	160,00	35,00	150,00	
Мясо 1-й категории		20,00	262,80	26,28	131,40				51,20		74,00		51,20		86,40
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.)		7,00	119,60	11,96	170,86			67,00	26,30				26,30		
Молоко		60,00	1 037,00	102,80	171,33	170,00		222,00		280,00		350,00		6,00	
Кисломолочная продукция		30,00	180,00	18,00	60,00										180,00
Творог (5% - 9% м.д.ж.)		10,00	282,00	28,20	282,00		142,00							140,00	
Сыр		2,00	20,00	2,00	100,00					20,00					
Сметана		2,00	56,20	5,62	281,00		18,00					33,20		5,00	
Масло сливочное		6,00	71,00	7,10	118,33	7,00	6,00	6,00	5,00	20,00	10,00	5,00	5,00	5,00	7,00
Масло растительное		3,00	48,50	4,85	161,67	3,00		5,00	2,20			20,50	2,20	5,00	7,60
Яйцо, шт.		8,00	188,00	18,80	235,00	160,00	10,60			8,32	16,00	24,64	8,00	4,00	5,40
Сахар		6,00	149,00	11,92	198,67	8,00	13,60	12,00	12,00	20,00				16,24	0,40
Кондитерские изделия		2,00	112,00	11,20	560,00			36,00							20,00
Чай		0,20	3,00	0,30	150,00		2,00								
Какао порошок		0,20	7,00	0,70	350,00	2,00				3,00				1,00	
Кофейный напиток		0,40	9,00	0,90	225,00	3,00		6,00							
Дрожжи хлебопекарные		0,04	0,50	0,01	25,00										
Соль пищевая поваренная йодированная		0,60	6,20	0,62	103,33	0,80	0,50	1,00	0,50	0,30	0,80	0,80	0,50		1,00

Главный технолог

Полынская О.Н.

Технолог

Алхимова К.Н.