Согласовано:
Исполняющий обязанности руководителя Управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
По Иркутской области
_____ Д.Ф. Савиных
_____ 2020 г.

Утверждаю:
Заместитель начальника Управления
образования Иркутского районного
муниципального образования
_____ И.В.Ткачева
_____ 2020 г.

Примерное цикличное меню двухразового питания (завтраки, обеды) для обучающихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования

в возрасте от 7 до 10 лет
сезон весна-лето

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
ФИО _____

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

под редакцией В.Т. Лапшиной «Москва» 2007 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь-2001г.

Примерное цикличное меню двухразового питания (завтраки, обеды)
для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования

Для пищеблоков доготовочных организаций **Возраст с 7-10 лет** **Весенне-летний период**

1 День: понедельник
Неделя: первая

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход с 7-10 лет	Ккал	Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №719*	Пельмени отварые с маслом сливочным п\ф	1\150\5	144,60	8,50	3,60	35,00	0,30	0,00	0,03	34,05	210,50	28,65	0,00
сб. Москва 2004г. №3*	Бутерброд с сыром	1\30\10\5	115,80	6,60	5,60	12,30	0,81	0,00	0,08	160,00	178,30	28,60	0,40
сб. Пермь 2001г. №692**	Чай с молоком	1\200	87,00	1,60	1,60	17,30	0,02	0,00	0,00	66,00	8,24	12,00	0,80
	Фрукты свежие	1/100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,04	35,00	115,00	11,00	0,10
	Итого завтрак:		**443,40**	**17,50**	**11,00**	**72,10**	**1,19**	**25,00**	**0,15**	**295,05**	**512,04**	**80,25**	**1,30**
	Обед												
сб.Пермь 2001г.№21	Салат из свеклы с солеными огурцами	1\60	18,33	0,74	0,40	4,64	0,02	7,00	0,06	17,00	123,00	14,00	0,50
сб. Москва 2004г. №124*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/5	88,00	2,00	4,30	10,00	0,07	3,00	0,02	42,44	49,97	20,00	0,76
сб. Москва 2004г. №489*	Рагу из мяса курицы	1/80/150	317,75	14,20	11,92	57,20	0,02	0,00	0,10	40,00	112,00	15,22	0,73
сб. Пермь 2001г.№233**	Кисель из концентрата плодово-ягодного	1/200	103,60	1,36	0,00	29,02	0,80	2,10	0,01	0,00	21,64	0,00	0,00
Промышленное производство	Вафли	1/20	108,40	6,10	12,50	0,20	0,01	0,00	0,00	1,60	9,60	1,20	0,12
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,01	0,00	0,025	7,20	36,00	7,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1/20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,01	0,00	0,025	3,20	29,20	3,14	0,00
	Итого обед:		**731,08**	**27,20**	**29,52**	**122,66**	**0,94**	**12,10**	**0,24**	**111,44**	**381,41**	**60,76**	**2,11**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

2	**День:** вторник												
	Неделя: первая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Пермь 2001г.№198**	Горошек зелёный консервированный	1\60	22,80	1,80	0,00	1,30	0,07	0,22	0,00	14,00	126,00	29,00	0,90
сб. Москва 2004г №498*	Котлеты куриная п\ф	1\80	201,90	15,20	15,60	8,70	0,00	0,00	0,02	17,60	86,00	15,80	0,36
сб. Пермь 2001г.№198**	Каша гречневая рассыпчатая с луком	1/180	216,00	7,30	6,40	28,00	0,01	0,00	0,04	135,18	153,20	3,78	0,60
сб. Москва 2004г№ 693 *	Какао с молоком и сахаром	1/200	76,00	3,90	3,92	20,90	0,05	0,00	0,08	139,33	112,50	7,31	0,37
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,01	0,00	0,025	7,20	36,00	7,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1/20	47,00	1,87	10,60	10,60	0,01	0,00	0,025	3,20	29,20	3,14	0,00
Промышленное производство	Пряник глазированный	1\30	101,70	1,80	1,40	38,00	0,43	0,00	0,000	0,36	15,60	5,00	0,27
	Итого завтрак:		**713,40**	**33,17**	**38,12**	**118,50**	**0,58**	**0,22**	**0,19**	**316,87**	**558,50**	**71,23**	**2,50**
	Обед												
сб. Москва 2004г №78*	Икра свекольная или морковная	1\60	76,00	1,80	4,40	8,20	0,00	0,15	0,03	1,60	15,00	6,50	0,33
сб. Москва 2004г №139*	Суп картофельный с бобовыми	1\250	134,60	5,07	2,35	12,90	0,20	2,50	0,10	40,34	109,42	12,00	1,02
сб. Москва 2004г №413*	Сосиска молочная отварная	1\100	260,00	12,30	28,00	30,60	0,04	0,00	0,03	0,38	91,50	8,00	0,00
сб. Москва 2004г№332*	Макароны отварные с маслом	1\150	121,80	3,80	0,40	25,80	0,01	0,00	0,03	58,40	24,00	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№631* или 636*	Компот из свежих плодов	1\200	60,62	0,00	0,00	14,98	0,00	1,60	0,02	3,74	2,75	0,20	0,18
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,25	13,75	0,03	0,00	0,027	7,30	37,00	7,40	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,027	3,40	29,20	3,20	0,00
	Фрукты свежие	1\100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,04	35,00	115,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**809,77**	**27,26**	**35,85**	**126,98**	**0,35**	**29,25**	**0,30**	**150,16**	**423,87**	**57,90**	**1,63**

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО Семенов

3	**День:** среда												
	Неделя: первая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб.Пермь 2001г. № 283	Варенники с творожным, овощным фаршем п\ф	1\170\5	201,30	8,30	1,30	34,10	0,04	0,00	0,07	296,55	108,10	24,21	2,33
Промышленное производство	Батон	1\40	121,30	2,20	0,40	20,40	0,06	0,00	0,00	9,20	35,60	13,60	0,80
сб. Москва 2004г №99*	Колбаса варёно-копчёная	1\30	47,70	4,80	9,80	0,28	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	1,68	0,00
сб. Москва 2004г№ 692*	Кофейный напиток	1\200	74,90	5,10	0,55	8,78	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	7,50	0,90
	Итого завтрак:		**445,20**	**20,40**	**12,05**	**63,56**	**0,10**	**0,00**	**0,07**	**669,35**	**275,70**	**46,99**	**4,03**
	Обед												
сб. Пермь 2001г.№ 8**	Салат из квашеной капусты с яблоком	1\60	70,08	0,63	6,09	3,11	0,02	6,99	0,00	17,00	31,00	14,00	0,50
сб. Москва 2004г №110	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом курицы со сметаной	1\200\25\5	161,25	2,26	6,62	3,60	0,03	0,03	0,02	50,39	77,50	18,00	0,12
сб. Москва 2004г №451*	Котлета из говядины п\ф	1\80	198,00	16,32	2,70	2,72	0,00	0,00	0,00	35,20	75,00	23,20	0,96
сб. Москва 2004г №512*	Рис припущенный	1\150	184,95	3,60	4,92	36,20	0,02	0,00	0,01	3,80	95,49	1,52	0,63
сб. Москва 2004г №638*	Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	111,20	0,60	0,00	29,00	0,01	1,40	0,20	25,20	39,60	0,60	19,40
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\30	117,00	2,30	3,30	19,60	0,04	0,01	0,01	25,30	116,20	19,40	0,60
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,10	0,00	0,025	7,20	36,00	7,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,01	0,00	0,025	3,20	29,20	3,14	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,04	35,00	115,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**975,48**	**29,31**	**24,23**	**123,33**	**0,28**	**33,43**	**0,33**	**202,29**	**614,99**	**98,06**	**22,31**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

4	**День:** четверг												
	Неделя: первая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**B1**	**C**	**A**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб. Пермь №85	Каша боярская с маслом	1\150	201,30	5,20	3,00	31,20	0,05	0,00	0,00	305,00	122,30	32,20	0,50
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1 сорт	1\50	117,00	1,30	0,50	25,80	0,16	0,00	0,00	23,80	58,40	28,60	0,00
сб. Москва 2004г№97*	Сыр порциями	1\20	83,00	5,60	16,40	0,70	0,02	0,05	0,02	106,88	47,63	0,20	0,40
сб. Москва 2004г №685 *	Чай с сахаром	1/200	48,30	0,20	0,00	12,00	0,02	0,90	0,00	184,90	8,20	7,50	0,00
Промышленное производство	Мармелад	1\60	192,60	0,10	0,00	47,60	0,06	0,02	0,05	2,40	67,20	18,00	4,75
	Итого завтрак:		**642,20**	**12,40**	**19,90**	**117,30**	**0,31**	**0,97**	**0,07**	**622,98**	**303,73**	**86,50**	**5,65**
	Обед												
Сб. Пермь № 11	Салат из вареной моркови с зеленым горошком	1\60	74,20	1,14	6,06	3,74	0,03	7,60	0,00	7,00	14,00	10,00	0,45
сб. Москва 2004г№140*	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом курицы	1\250\25	138,40	2,32	3,03	19,90	0,50	0,01	0,00	139,60	502,05	100,00	6,95
сб. Москва 2004г№462*	Тефтели из говядины п\ф	1\80	118,80	5,92	9,76	12,49	0,20	0,30	0,04	22,00	75,00	17,85	0,63
сб. Москва 2004г№508*	Каша гречневая рассыпчатая	1\200	254,00	2,90	7,24	47,20	0,71	0,00	0,04	117,84	151,00	20,90	0,42
сб. Москва 2004г №700*	Напиток из св.замороженной ягоды	1/200	69,40	0,20	0,100	17,40	0,00	1,20	0,00	4,56	0,00	0,00	0,70
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,04	35,00	115,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,250	11,00	0,01	1,30	0,03	10,00	29,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,01	0,00	0,03	10,48	29,20	22,80	0,00
	Итого обед:		**811,55**	**16,77**	**26,89**	**132,48**	**1,52**	**35,41**	**0,17**	**346,48**	**915,45**	**185,75**	**9,25**
* Сборник для школ Москва -2004г.													
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.													

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

5	**День:** пятница												
	Неделя: первая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб. Пермь №120	Запеканка рисовая с творогом с маслом сливочным	1\150\5	163,57	4,54	5,30	24,39	0,04	0,00	0,08	233,10	182,30	14,40	0,00
сб. Москва 2004г№686*	Чай с сахаром,с лимоном	1/200	60,00	0,30	0,00	15,20	0,00	0,80	0,01	10,85	8,24	0,00	0,80
сб. Москва 2004 г №3*	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	1/30/5/20	201,90	8,50	4,00	7,34	0,01	0,02	0,11	128,36	143,00	33,70	1,15
Промышленное производство	Зефир ванильный	1\40	123,60	0,30	0,00	32,60	0,06	0,20	0,04	2,00	107,83	18,00	0,40
	Итого затрак:		**549,07**	**13,64**	**9,30**	**79,53**	**0,11**	**1,02**	**0,24**	**374,31**	**441,37**	**66,10**	**2,35**
	Обед												
Сб. Пермь №20	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	1\60	161,40	11,80	10,00	1,40	0,00	0,50	0,00	1,60	15,00	6,30	0,33
сб. Москва 2004г№137*	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/250/25	99,00	2,20	2,64	16,28	0,04	0,03	0,20	49,83	120,08	15,00	0,05
сб. Москва 2004г №461*	Шницель из говядины п\ф	1\80	180,52	14,72	9,20	7,02	0,06	0,00	0,02	107,90	75,00	5,25	0,30
сб. Москва 2004г №519*	Картофель в молоке	1/200	247,70	4,40	8,90	28,75	0,01	0,05	0,03	68,40	216,10	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№705*	Напиток из плодов шиповника	1/200	94,00	0,40	0,00	23,60	0,00	1,00	0,30	40,20	36,50	4,00	0,83
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,25	13,75	0,06	1,30	0,03	16,68	19,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,07	0,00	0,03	3,80	29,20	5,40	0,00
	Итого обед:		**939,37**	**37,81**	**31,44**	**111,55**	**0,30**	**27,88**	**0,63**	**323,41**	**626,08**	**59,75**	**1,61**
* Сборник для школ Москва -2004г.													
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.													

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Пермской области
подпись
ФИО

6	**День:** суббота													
	Неделя: первая													
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г.№333*	Макароны запечённые с сыром	1/200	251,00	6,11	2,30	14,40	0,05	0,00	0,02	44,90	180,34	8,26	0,20
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\15	36,00	0,97	0,15	8,25	0,01	0,00	0,02	20,00	29,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\15	35,20	1,12	0,15	4,50	0,02	0,00	0,01	3,80	29,20	5,40	0,00
Сб. Пермь 2001г.№198**	Кукуруза консервированная	1\60	34,80	0,60	2,00	0,00	0,02	0,01	0,20	16,00	44,23	14,90	0,70
сб. Москва 2004г.№ 692*	Напиток: Цикорий растворимый с молоком	1\200	37,60	0,58	0,58	8,00	0,00	0,00	0,00	184,90	136,50	0,00	0,00
	Фрукты свежие	1/100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
	Итого завтрак:		**490,60**	**10,18**	**5,38**	**42,65**	**0,16**	**25,01**	**0,28**	**304,60**	**534,47**	**42,76**	**1,00**
	Обед												
сб. Москва 2004г.№576*	Огурец соленый	1\60	7,80	0,50	0,10	1,00	0,02	7,00	0,00	17,00	30,00	14,00	0,50
сб. Москва 2004г.№110*	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1\250\5	83,20	2,00	5,05	8,02	0,02	12,30	0,20	59,05	97,93	20,00	0,36
сб. Москва 2004г.№492*	Плов из мяса курицы	1\80\150	279,50	15,50	7,50	58,87	0,00	0,01	0,06	44,00	121,10	15,22	0,71
сб. Москва 2004г.№639*	Компот из смеси сухофруктов	1\200	124,00	0,30	0,00	31,40	0,02	1,00	0,00	26,70	36,50	24,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\30	72,00	1,95	0,30	16,50	0,01	0,00	0,03	10,00	19,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\30	70,50	2,25	0,30	15,90	0,02	0,00	0,03	3,80	31,20	2,40	0,00
Промышленное производство	Кекс сизюмом	1\50	174,00	3,80	4,40	16,60	0,04	0,00	0,00	1,30	30,30	17,00	0,00
	Итого обед:		**811,00**	**26,30**	**17,65**	**148,29**	**0,13**	**20,31**	**0,32**	**161,85**	**366,23**	**96,07**	**2,40**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Пермской области
подпись
ФИО Семенова

7	**День:** понедельник												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб. Пермь 2001г №86**	Каша гречневая на молоке	1/200/5	176,00	6,90	6,70	26,00	0,09	0,00	0,02	341,25	179,10	30,20	0,38
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1 сорт	1\50	117,00	1,30	0,50	25,80	0,12	0,00	0,00	20,80	58,40	16,00	0,68
сб. Москва 2004г№ 693 *	Какао с молоком	1\200	76,00	3,90	3,92	20,90	0,01	0,00	0,08	139,33	112,00	7,31	0,37
Промышленное производство	Вафли	1\50	271,00	2,00	15,30	31,30	0,06	0,00	0,00	132,00	67,20	17,38	0,00
сб. Москва 2004г№99 *	Колбаса варено-копченая	1\30	47,70	4,80	9,80	0,28	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	1,68	0,00
	Итого завтрак:		**687,70**	**18,90**	**36,22**	**104,28**	**0,28**	**0,00**	**0,10**	**815,18**	**482,70**	**72,57**	**1,43**
	Обед												
Сб. Пермь 2001г №198**	Горошек консервированный	1\60	22,80	1,80	0,00	1,30	0,03	0,22	0,00	14,00	126,00	10,00	0,45
сб. Москва 2004г №124*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/15	88,00	2,00	4,30	10,00	0,07	3,00	0,02	42,44	49,97	20,00	0,06
Сб.Пермь 2001г. №160	Биточки из говядины п/ф	1\80	215,52	14,72	14,20	7,02	0,00	0,00	0,08	32,25	136,25	16,45	0,00
сб. Москва 2004г №520*	Картофельное пюре	1\150	210,00	3,15	9,20	27,75	0,03	0,00	0,04	27,00	120,96	12,85	0,50
сб. Москва 2004г №638*	Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	111,20	0,60	0,00	29,00	0,02	1,50	0,00	39,00	36,50	10,20	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\30	72,00	1,95	0,30	16,50	0,06	1,30	0,03	18,00	29,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\30	70,50	2,25	0,30	15,90	0,07	0,00	0,03	3,80	31,20	4,00	0,00
	Итого обед:		**828,02**	**27,27**	**28,50**	**114,97**	**0,34**	**31,02**	**0,23**	**211,49**	**645,08**	**87,70**	**1,11**
* Сборник для школ Москва -2004г.													
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.													

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись _____

ФИО Семенов

8	**День:** вторник												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №725*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	1\200\5	147,00	7,40	5,80	27,00	0,06	0,00	0,06	139,25	159,63	31,20	0,65
сб. Москва 2004г №6*	Бутерброд с колбасой варено-копченой и сыром	1\50\30\10	198,00	12,00	1,20	10,20	0,02	0,20	0,02	228,00	106,30	35,18	0,03
сб. Москва 2004г №685 *	Чай с сахаром	1/200	48,00	0,20	0,00	12,00	0,02	0,00	0,00	184,90	8,25	0,00	0,00
	Фрукты свежие	1/100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,06	25,00	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
	Итого завтрак:		**489,00**	**20,40**	**7,20**	**56,70**	**0,16**	**25,20**	**0,08**	**552,15**	**274,18**	**66,38**	**0,68**
	Обед												
Сб. Пермь №11	Салат из вареной моркови с зеленым горошком	1\60	74,00	1,14	6,06	3,74	0,03	0,60	0,00	7,00	14,00	10,00	0,45
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник "Ленинградский" со сметаной мясом курицы	1/250/25/5	167,16	5,74	12,80	36,12	0,30	0,75	0,02	34,05	210,50	27,50	1,02
Сб. Пермь 2001г №150**	Голубцы ленивые п\ф	1\80	103,52	7,76	6,52	6,40	0,06	1,21	0,08	11,65	125,50	9,25	0,00
сб. Москва 2004г №518*	Картофель отварной	1\150	181,50	3,00	7,65	28,85	0,05	0,00	0,06	51,84	105,48	14,40	0,60
сб. Москва 2004г №707*	Сок фруктовый	1\200	124,00	0,82	0,00	16,30	0,02	10,00	0,00	41,08	76,50	6,25	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\15	36,00	0,97	0,150	8,25	0,02	1,30	0,01	10,00	19,20	3,20	1,52
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\15	35,20	1,12	0,15	4,50	0,01	0,00	0,03	10,48	29,20	2,80	1,20
Промышленное производство	Мармелад	1\30	96,30	0,50	0,00	23,80	0,00	0,00	0,00	0,010	50,00	0,00	0,00
	Итого обед:		**817,68**	**21,05**	**33,33**	**127,96**	**0,49**	**13,86**	**0,20**	**166,11**	**630,38**	**73,40**	**4,79**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

9	**День:** среда												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г№ 498*	Котлета куриная п\ф	1\80	201,00	15,20	15,60	8,70	0,00	0,00	0,02	17,60	86,00	15,80	0,06
сб. Москва 2004г№512*	Рис припущенный	1\200	246,60	4,80	6,56	48,20	0,03	0,05	0,00	5,06	127,32	2,02	0,84
сб. Москва 2004г№ 692*	Кофейный напиток	1\200	74,90	5,10	0,55	8,78	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	7,50	0,90
сб. Москва 2004г№96*	Масло сливочное	1\5	33,10	0,30	3,60	0,10	0,00	0,00	0,00	12,40	102,00	7,50	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,07	1,30	0,025	7,20	36,00	7,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,06	0,00	0,025	3,20	29,20	3,14	0,00
Промышленное производство	Печенье "Овсяное"	1\ 30	92,40	1,90	3,40	19,80	0,02	0,00	0,00	43,88	67,83	21,30	0,90
	Итого завтрак:		**743,00**	**30,10**	**30,11**	**107,18**	**0,18**	**1,35**	**0,07**	**271,14**	**514,35**	**64,46**	**2,70**
	Обед												
сб. Москва 2004г. № 50*	Салат из свеклы с сыром	1\60	106,80	3,24	8,52	4,32	0,03	4,62	0,00	7,00	15,00	10,00	0,45
сб. Москва 2004г№138*	Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками	1\250\25	106,70	1,87	2,97	17,82	0,01	2,06	0,02	27,42	106,35	15,50	0,20
сб. Москва 2004г №451*	Котлета из говядины п\ф	1\80	198,00	16,32	2,70	2,72	0,00	0,16	0,00	35,20	75,00	23,20	0,96
сб. Москва 2004г№534*	Капуста тушеная	1\150	141,00	3,75	6,90	16,05	0,01	0,20	0,04	77,74	150,00	1,30	0,42
сб. Москва 2004г№705*	Напиток из плодов шиповника	1\200	94,00	0,40	0,00	23,60	0,00	1,00	0,20	40,20	36,50	4,00	0,03
	Фрукты свежие	1\100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	24,50	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,30	11,00	0,06	1,30	0,01	8,00	19,20	13,12	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,07	0,00	0,01	0,00	29,20	15,40	0,00
	Итого обед:		**779,50**	**29,18**	**21,79**	**93,61**	**0,24**	**33,84**	**0,31**	**230,56**	**546,25**	**93,52**	**2,16**

* Сборник для школ Москва -2004г.

***Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

10	**День:** четверг												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №311*	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	1\200\5	183,50	6,20	6,40	38,00	0,00	0,00	0,03	184,90	137,50	0,00	0,00
сб. Москва 2004г№ 692*	Напиток: Цикорий растворимый с молоком	1\200	37,60	0,58	0,58	8,00	0,00	0,00	0,03	184,90	136,50	0,00	0,00
сб. Москва 2004г№3*	Бутерброд с сыром с маслом сливочным	1\50\10\20	201,90	8,50	4,00	16,30	0,02	0,00	0,03	116,48	163,63	26,20	0,40
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\70	273,00	5,40	7,60	7,80	0,04	0,00	0,01	27,88	133,60	9,00	0,90
	Итого завтрак:		**696,00**	**20,68**	**18,58**	**70,10**	**0,06**	**0,00**	**0,10**	**514,16**	**571,23**	**35,20**	**1,30**
	Обед												
сб. Москва 2004г№576*	Огурец соленый	1\60	7,80	0,50	0,10	1,00	0,02	7,00	0,00	17,00	30,00	14,00	0,50
сб. Москва 2004г№139*	Суп картофельный с бобовыми с мясом курицы	1\250\25	226,83	5,07	4,45	10,70	0,03	2,50	0,02	43,84	50,49	20,00	1,02
сб. Москва 2004г №388*	Рыбная котлета из красной рыбы п\ф	1\80	124,00	9,25	1,98	0,00	0,10	0,00	0,07	55,13	251,00	8,00	1,31
сб. Москва 2004г№520*	Картофельное пюре	1\150	210,00	3,15	9,20	28,75	0,03	0,00	0,04	27,00	120,96	12,85	0,50
сб. Москва 2004г№700*	Напиток из св.замороженной ягод	1\200	69,40	0,20	0,00	17,40	0,00	1,20	0,00	4,56	0,00	0,00	0,70
	Фрукты свежие	1\100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	24,30	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,250	13,75	0,01	0,00	0,02	10,00	19,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,00	1,87	0,25	13,25	0,01	0,00	0,03	10,48	29,20	6,00	0,00
	Итого обед:		**794,03**	**22,46**	**16,43**	**92,35**	**0,26**	**35,00**	**0,21**	**203,01**	**615,85**	**75,05**	**4,13**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

11	**День:** Пятница												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №413*	Сосиска молочная отварная	1\50	130,56	6,15	12,00	30,60	0,02	0,00	0,02	0,14	45,75	4,00	1,13
сб. Москва 2004г №516*	Макароны отварные	1\150	121,80	3,80	4,00	25,80	0,01	0,00	0,03	0,00	24,00	9,60	0,00
Промышленное производство	Батон	1\30	112,00	1,65	0,30	15,30	0,01	0,00	0,00	21,80	67,50	27,00	0,00
сб. Москва 2004г №97*	Сыр порциями	1\10	32,80	3,13	0,90	0,01	0,03	0,14	0,01	195,00	37,00	0,20	0,40
сб. Москва 2004г №693*	Какао с молоком	1\200	143,00	3,90	3,92	20,50	0,01	0,00	0,02	10,85	114,80	7,30	0,80
Промышленное производство	Кекс с изюмом	1\25	87,50	1,90	2,20	8,30	0,02	0,00	0,00	1,30	30,00	17,00	0,00
	Итого завтрак:		**627,66**	**20,53**	**23,32**	**100,51**	**0,10**	**0,14**	**0,08**	**229,09**	**319,05**	**65,10**	**2,33**
	Обед												
сб. Москва 2004г №78*	Икра свекольная	1\60	76,00	1,80	18,40	8,20	0,03	7,75	0,02	7,00	13,00	0,00	0,45
сб. Москва 2004г №124* Сб. Москва 2004г №470	Щи из свежей капусты с картофелем с фрикадельками из говядины	1\250\15	88,00	2,00	4,30	10,00	0,07	3,00	0,02	42,40	49,97	20,00	0,76
сб. Москва 2004г №719*	Пельмени отварые с маслом сливочным п\ф	1\150\5	144,16	18,00	3,60	35,00	0,01	0,07	0,03	34,00	210,50	28,60	0,59
сб. Москва 2004г №699*	Напиток лимонный	1\200	93,00	0,10	0,00	24,20	0,00	2,30	0,03	40,20	36,50	6,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\15	36,00	0,97	0,15	8,25	0,01	0,00	0,01	20,00	29,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\15	35,20	1,20	0,25	13,25	0,02	0,00	0,01	3,80	29,20	5,40	0,00
	Фрукты свежие	1\100	75,40	0,80	0,20	7,50	0,06	24,30	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**547,76**	**24,87**	**26,90**	**106,40**	**0,20**	**37,42**	**0,15**	**182,40**	**483,37**	**74,45**	**2,73**

* Сборник для школ Москва -2004г.

***Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

12	**День:** суббота													
	Неделя: вторая													
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
	Завтрак													
сб. Москва 2004г №311*	Каша пшенная вязкая молочная с маслом	1\150\5	175,50	4,50	15,30	24,10	0,03	14,00	0,17	152,92	110,00	18,50	0,42	
Промышленное производство	Батон	1\50	144,30	2,75	0,50	25,50	0,01	0,00	0,05	0,00	90,50	7,00	0,60	
сб. Москва 2004г №685 *	Чай с сахаром	1\200	60,00	0,30	0,00	15,20	0,02	0,10	0,00	0,00	8,24	0,00	0,40	
	Фрукты свежие	1\100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,03	25,00	0,03	35,00	115,00	11,00	0,10	
сб. Москва 2004г №99*	Колбаса варено-копченая порциями	1\30	47,00	4,80	9,80	0,28	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	1,68	0,00	
	Итого завтрак		**522,80**	**13,15**	**25,80**	**72,58**	**0,09**	**39,10**	**0,25**	**369,72**	**389,74**	**38,18**	**1,52**	
	Обед													
Сб. Пермь 2001г №178**	Кукуруза консервированная	1\60	34,80	1,80	6,00	0,00	0,06	0,30	0,00	48,00	3,68	44,70	1,05	
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник ленинградский с мясом курицы со сметаной	1\250\25\10	167,16	5,74	12,60	19,93	0,01	2,10	0,03	23,52	78,50	28,60	1,02	
сб. Москва 2004г №451*	Шницель из говядины п\ф	1\80	180,52	14,72	9,20	7,02	0,06	0,00	0,00	107,90	75,00	5,25	0,30	
сб. Москва 2004г №508*	Каша гречневая рассыпчатая	1\150	201,20	2,20	5,43	20,45	0,05	0,00	0,03	88,30	152,52	3,78	0,31	
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\30	72,00	1,95	0,30	16,50	0,06	0,00	0,03	12,00	29,20	3,20	0,00	
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\30	70,50	2,25	0,30	7,46	0,02	0,00	0,03	3,80	31,20	5,40	0,50	
Сб. Пермь 2001г №233**	Кисель из концентрата плодово-ягодного	1\200	103,60	1,36	0,00	28,90	0,00	2,10	0,07	5,15	21,00	2,00	1,30	
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\50	195,00	3,90	5,50	6,20	0,04	0,00	0,10	7,50	62,90	9,00	0,90	
	Итого обед:		**1024,78**	**33,92**	**39,33**	**106,46**	**0,30**	**4,50**	**0,29**	**296,17**	**454,00**	**101,93**	**5,38**	

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Москва-2007г.

	Средние показатели завтраки	**587,50**	**19,25**	**19,75**	**83,75**	**0,28**	**9,83**	**0,14**	**444,55**	**431,42**	**61,31**	**2,23**
	Средние показатели обеды	**822,50**	**26,95**	**27,65**	**117,25**	**0,45**	**26,17**	**0,28**	**215,45**	**558,58**	**88,69**	**4,97**
		Ккал	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Средние показатели завтраки норма	**587,50**	**19,25**	**19,75**	**83,75**							
	25% от рациона факт	*587,50*	*19,25*	*19,75*	*83,75*							
	Средние показатели обеды норма	**822,50**	**26,95**	**27,65**	**117,25**							
	35% от рациона факт	*822,50*	*26,95*	*27,65*	*117,25*							
	Средние показатели за день	**1410,0**	**46,20**	**47,40**	**201,00**	**0,72**	**36,00**	**0,420**	**660,00**	**990,00**	**150,00**	**7,20**
	60% от дневного рациона	*1410,0*	*46,20*	*47,40*	*201,00*	*0,72*	*36,00*	*0,420*	*660,00*	*990,00*	*150,00*	*7,20*
Соотношение от калорийности, норма%			**10 15**	**30-32**	**55-60**							
Соотношение от калорийности, факт%			***13,11***	***30,26***	***57,02***							

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО Семенова

Согласовано:
Исполняющий обязанности руководителя Управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
По Иркутской области
_____ Д.Ф. Савиных
06 марта 202 г.

Утверждаю:
Заместитель начальника Управления
образования Иркутского районного
муниципального образования
_____ И.В.Ткачева
_____ 2020 г.

Примерное цикличное меню двухразового питания (завтраки, обеды) для обучающихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования

в возрасте от 11 до 18 лет
сезон весна-лето

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
ФИО _____

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

под редакцией В.Т. Лапшиной «Москва» 2007 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь-2001г.

Примерное цикличное меню двухразового питания (завтраки, обеды)
для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования
Для пищеблоков доготовочных организаций Возраст с 11-18 лет Весенне-летний период

1 День: понедельник
Неделя: первая

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход с11-18 лет	Ккал	Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №719*	Пельмени отварые с маслом сливочным п\ф	1/200/5	326,00	11,30	4,80	47,40	0,06	0,00	0,05	46,50	280,00	38,13	3,00
сб. Москва 2004г. №3*	Бутерброд с сыром	1/30/10/5	115,80	6,60	5,60	12,30	0,81	0,00	0,08	160,00	178,30	28,60	0,40
сб. Пермь 2001г. №692**	Чай с молоком	1/200	87,00	1,60	1,60	17,30	0,02	0,00	0,00	66,00	8,24	12,00	0,80
	Фрукты свежие	1/100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого завтрак:		**624,80**	**20,30**	**12,20**	**84,50**	**0,95**	**27,00**	**0,15**	**307,50**	**577,54**	**89,73**	**4,30**
	Обед												
сб.Пермь 2001г.№21	Салат из свеклы с солеными огурцами	1/100	30,50	1,23	0,60	7,77	0,05	11,60	0,10	28,30	200,00	23,30	0,83
сб. Москва 2004г. №124*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/10	88,00	2,00	4,30	10,00	0,07	3,00	0,02	42,44	49,97	20,00	0,76
сб. Москва 2004г. №489*	Рагу из мяса птицы	1/100/180	386,80	17,20	24,40	38,20	0,02	0,12	0,10	127,90	127,90	18,50	0,88
сб. Пермь 2001г.№233**	Кисель из концентрата плодово-ягодный	1/200	103,60	1,36	0,00	29,02	0,80	2,10	0,01	0,00	21,64	0,00	0,00
Промышленное производство	Вафли	1\20	108,40	5,00	0,80	12,52	0,01	0,00	0,00	52,80	18,48	1,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,01	0,00	0,03	7,20	36,00	7,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,01	0,00	0,03	3,20	29,20	3,14	0,00
	Итого обед:		**812,30**	**29,59**	**30,50**	**119,11**	**0,97**	**16,82**	**0,28**	**261,84**	**483,19**	**73,34**	**2,47**

* Сборник для школ Москва -2004г.
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

2	**День:** вторник													
	Неделя: первая													
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак													
сб. Пермь 2001г.№196**	Горошек зелёный консервированный	1\100	38,00	3,00	0,00	2,10	0,35	0,50	0,00	23,30	210,00	38,75	0,50
сб. Москва 2004г №498*	Котлета куриная п\ф	1/100	233,20	17,30	19,50	11,75	0,00	0,00	0,03	22,18	93,75	22,80	0,58
сб. Пермь 2001г.№198**	Каша гречневая рассыпчатая с луком	1/200	256,30	8,10	6,00	31,10	0,01	0,00	0,04	150,00	169,00	4,20	0,60
сб. Москва 2004г№ 693 *	Какао с молоком	1/200	79,00	3,90	3,92	20,90	0,05	0,00	0,04	139,30	112,50	7,30	0,37
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,01	0,00	0,03	7,20	36,00	7,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,01	0,00	0,03	3,20	29,20	3,14	0,00
Промышленное производство	Пряник глазированный	1\30	101,70	1,80	1,40	38,00	0,43	0,00	0,00	0,36	15,60	5,00	0,27
	Итого завтрак:		**803,20**	**36,90**	**31,22**	**125,45**	**0,86**	**0,50**	**0,17**	**345,54**	**666,05**	**88,39**	**2,32**
	Обед												
сб. Москва 2004г №78*	Икра свекольная или морковная	1\100	126,60	3,00	7,30	13,60	0,10	0,40	0,05	2,00	25,00	10,80	0,20
сб. Москва 2004г №139*	Суп картофельный с бобовыми	1/250	134,60	5,07	2,35	12,90	0,20	2,50	0,10	40,34	109,42	12,00	1,02
сб. Москва 2004г №413*	Сосиска молочная отварная	1\100	260,00	12,30	28,00	30,60	0,04	0,00	0,03	0,38	91,50	8,00	0,00
сб. Москва 2004г№332*	Макароны отварные с маслом	1/180	146,16	4,56	0,48	30,96	0,01	0,00	0,04	0,00	28,80	11,52	0,00
сб. Москва 2004г№631* или 636*	Компот из свежих плодов	1/200	60,62	0,00	0,00	14,98	0,00	1,60	0,02	0,00	2,75	0,20	0,18
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,01	0,00	0,03	7,20	36,00	27,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,03	3,40	29,20	3,20	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**872,73**	**28,90**	**38,78**	**134,79**	**0,44**	**31,50**	**0,31**	**88,32**	**433,67**	**83,92**	**1,50**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

3	**День:** среда												
	Неделя: первая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб.Пермь 2001г. № 283	Вареники овощным фаршем п\ф	1\200\5	319,10	9,17	1,50	40,11	0,05	0,00	0,08	482,00	127,10	28,40	2,74
Промышленное производство	Батон	1\40	149,20	2,20	0,40	20,40	0,06	0,00	0,00	9,20	35,60	13,60	0,80
сб. Москва 2004г №99*	Колбаса варёно-копчёная	1\20	31,83	3,20	6,50	0,18	0,00	0,00	0,08	121,20	44,00	5,00	0,60
сб. Москва 2004г№ 692*	Кофейный напиток	1\200	74,90	5,10	0,50	8,78	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	7,50	0,90
	Итого завтрак:		**575,03**	**19,67**	**8,90**	**69,47**	**0,11**	**0,00**	**0,16**	**794,20**	**272,70**	**54,50**	**5,04**
	Обед												
сб. Пермь 2001г.№ 8**	Салат из квашеной капусты с яблоком	1\100	116,60	1,05	10,15	5,18	0,08	11,65	0,00	28,33	50,00	23,30	0,83
сб. Москва 2004г №110	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом курицы со сметаной	1\250\25\5	180,60	18,20	3,02	3,04	0,00	0,00	0,00	39,40	84,00	25,98	1,07
сб. Москва 2004г №451*	Котлета из говядины п\ф	1/100	247,50	20,30	3,30	3,40	0,00	0,00	0,00	4,75	133,10	1,90	0,78
сб. Москва 2004г №512*	Рис припущенный	1/200	246,60	4,80	6,56	48,20	0,03	0,00	0,01	5,06	127,32	2,02	0,84
сб. Москва 2004г №638*	Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	111,20	0,60	0,00	29,00	0,01	1,40	0,20	0,00	39,60	0,60	19,40
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\30	117,00	6,10	3,30	19,60	0,04	0,01	0,01	25,30	116,20	19,40	0,60
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,200	11,00	0,01	0,00	0,03	7,20	36,00	27,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,20	1,50	0,20	10,60	0,01	0,00	0,03	33,20	29,20	3,14	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**1152,70**	**54,65**	**26,93**	**137,52**	**0,24**	**40,06**	**0,30**	**178,24**	**726,42**	**114,54**	**23,62**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

4	**День:** четверг													
	Неделя: первая													
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб. Пермь №85	Каша боярская с маслом	1/200	268,00	6,90	5,60	41,60	0,06	0,00	0,00	406,60	162,20	49,20	0,60
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1 сорт	1\50	117,50	3,74	0,50	26,50	0,04	0,00	0,06	6,80	58,40	6,40	0,00
сб. Москва 2004г№97*	Сыр порциями	1\20	83,00	5,60	16,40	0,70	0,02	0,05	0,02	106,88	47,63	0,20	0,40
сб. Москва 2004г №685 *	Чай с сахаром	1/200	48,00	0,20	0,00	12,00	0,02	0,90	0,00	0,00	8,20	7,50	0,00
Промышленное производство	Мармелад	1\60	192,60	0,10	0,00	47,60	0,06	0,20	0,05	2,40	67,20	18,00	4,75
	Итого завтрак:		**709,10**	**16,54**	**22,50**	**128,40**	**0,20**	**1,15**	**0,13**	**522,68**	**343,63**	**81,30**	**5,75**
	Обед												
Сб. Пермь №11	Салат из вареной моркови с зеленым горошком	1/100	123,77	2,30	10,20	6,20	0,05	12,60	0,00	11,60	21,60	16,60	0,75
сб. Москва 2004г№140*	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом курицы	1\250\25	138,40	2,32	3,03	19,90	0,50	0,01	0,00	13,60	50,20	100,00	6,95
сб. Москва 2004г№462*	Тефтели из говядины П/Ф	1/100	114,80	7,40	12,20	15,60	0,25	0,37	0,05	27,50	93,72	22,30	0,78
сб. Москва 2004г№508*	Каша гречневая рассыпчатая	1/200	254,00	2,90	7,24	47,20	0,01	0,00	0,04	117,84	150,00	20,90	0,42
сб. Москва 2004г №700*	Напиток из св.замороженной ягоды	1/200	69,40	0,20	0,00	17,40	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,70
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\30	72,00	1,95	0,30	16,50	0,01	0,00	0,03	10,00	19,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\30	70,50	2,25	0,30	15,90	0,02	0,00	0,03	3,80	31,20	2,40	0,00
	Итого обед:		**880,87**	**20,12**	**33,47**	**146,20**	**0,90**	**41,18**	**0,17**	**219,34**	**476,92**	**176,40**	**9,70**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

5	**День:** пятница												
	Неделя: первая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г № 120**	Запеканка рисовая с творогом со маслом сливочным	1/200/5	223,50	6,05	7,06	32,52	0,00	1,06	0,01	508,00	219,90	7,20	1,20
сб. Москва 2004г№686*	Чай с сахаром,с лимоном	1/200	60,00	0,30	0,00	15,20	0,00	0,80	0,01	0,00	8,24	0,00	0,80
сб. Москва 2004г № 3*	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	1/50/10/20	323,04	6,86	5,80	10,60	0,01	0,02	0,16	186,70	150,60	35,00	0,90
Промышленное производство	Зефир ванильный	1\40	123,60	0,30	0,00	32,60	0,06	0,20	0,04	2,00	7,83	18,00	0,40
	Итого затрак:		**730,14**	**13,51**	**12,86**	**90,92**	**0,07**	**2,08**	**0,22**	**696,70**	**386,57**	**60,20**	**3,30**
	Обед												
Сб. Пермь №20	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	1/100	161,40	12,60	10,00	1,40	0,07	10,50	0,00	1,60	15,00	6,30	0,33
сб. Москва 2004г№137*	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/250/25	99,00	2,20	2,64	16,28	0,04	0,03	0,20	49,83	12,80	15,00	0,05
сб. Москва 2004г№461*	Шницель из говядины П/Ф	1/100	227,10	13,10	15,30	1,70	0,08	0,00	0,25	134,80	93,75	6,56	0,04
сб. Москва 2004г №519*	Картофель в молоке	1/200	247,70	4,40	8,90	28,20	0,01	0,05	0,03	68,40	216,10	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№705*	Напиток из плодов шиповника	1/200	94,00	0,40	0,00	23,60	0,00	1,00	0,30	0,00	36,50	4,00	0,83
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\50	120,00	2,76	0,500	27,50	0,06	0,00	0,05	14,60	74,00	14,80	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\50	117,50	3,74	0,50	26,50	0,04	0,00	0,06	6,80	58,40	6,40	0,00
	Итого обед:		**1104,70**	**40,00**	**38,04**	**132,68**	**0,36**	**38,58**	**0,91**	**311,03**	**617,55**	**73,66**	**1,35**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

6	**День:** суббота													
	Неделя: первая													
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак													
сб. Москва 2004г.№333*	Макароны запечённые с сыром	1/230	251,00	7,02	7,02	20,24	0,06	0,00	0,02	220,20	207,39	9,49	0,23
Промышленное производство	Хлеб пшеничный1с	1\50	117,50	3,74	0,50	26,50	0,04	0,00	0,06	6,80	58,40	6,40	0,00
Сб. Пермь 2001г.№198**	Кукуруза консервированная	1\100	58,00	3,00	10,00	0,00	0,10	0,50	0,00	80,00	6,10	74,50	1,75
сб. Москва 2004г.№ 692*	Напиток: Цикорий растворимый с молоком	1/200	37,50	0,58	0,58	8,00	0,00	0,00	0,00	84,90	136,50	0,00	0,00
	Фрукты свежие	1/100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого завтрак:		**560,00**	**15,14**	**18,30**	**62,24**	**0,26**	**27,50**	**0,10**	**426,90**	**519,39**	**101,39**	**2,08**
	Обед												
сб. Москва 2004г.№576*	Огурец соленый	1/100	13,00	0,83	0,16	1,60	0,03	11,60	0,00	28,30	50,00	23,30	0,83
сб. Москва 2004г.№110*	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/5	83,20	2,00	5,05	8,02	0,02	12,30	0,20	59,05	97,93	20,00	0,36
сб. Москва 2004г.№492*	Плов из куриных грудок	1/100/180	340,20	18,80	15,60	61,80	0,00	0,04	0,07	53,50	126,00	18,90	0,58
сб. Москва 2004г.№639*	Компот из смеси сухофруктов	1/200	124,03	0,30	0,00	31,40	0,02	1,00	0,00	0,00	36,50	24,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,250	13,75	0,03	0,00	0,03	7,30	37,00	7,40	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,03	3,40	29,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Кекс с изюмом	1\50	174,00	3,80	4,40	16,60	0,04	0,00	0,00	1,30	30,30	17,00	0,00
	Итого обед:		**853,18**	**29,22**	**25,71**	**146,42**	**0,16**	**24,94**	**0,32**	**152,85**	**406,93**	**114,05**	**2,60**
* Сборник для школ Москва -2004г.													
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.													

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

7	**День:** понедельник												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
Сб. Пермь 2001г №86**	Каша гречневая на молоке	1/200/5	176,00	6,90	6,70	26,00	0,09	0,00	0,02	341,25	178,10	30,20	0,38
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\50	117,50	3,74	0,50	26,50	0,04	0,00	0,06	6,80	58,40	6,40	0,00
сб. Москва 2004г№ 693 *	Какао с молоком	1/200	76,00	3,90	3,92	20,90	0,05	0,00	0,08	139,30	112,50	7,30	0,37
Промышленное производство	Вафли	1\50	271,00	2,00	15,30	31,30	0,060	0,00	0,00	123,00	46,20	1,38	0,00
сб. Москва 2004г№ 99 *	Колбаса варено-копченая	1\40	63,66	6,40	13,00	0,37	0,00	0,00	0,16	242,40	88,00	10,00	1,20
	Итого завтрак:		**704,16**	**22,94**	**39,42**	**105,07**	**0,24**	**0,00**	**0,32**	**852,75**	**483,20**	**55,28**	**1,95**
	Обед												
Сб. Пермь 2001г №198**	Горошек консервированный	1\100	38,00	3,00	0,00	2,10	0,35	0,50	0,00	23,30	210,00	42,00	0,50
сб. Москва 2004г №124*	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1/250/10	88,00	2,00	4,30	10,00	0,07	3,00	0,02	42,44	49,97	20,00	0,76
Сб.Пермь 2001г. №160	Биточки из говядины п/ф	1/100	269,40	14,20	11,87	1,15	0,03	4,00	0,06	40,30	170,30	20,50	0,00
сб. Москва 2004г №520*	Картофельное пюре	1/180	253,80	3,78	12,30	33,00	0,05	0,00	0,05	57,60	120,96	14,40	0,72
сб. Москва 2004г №638*	Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	111,20	0,60	0,00	29,00	0,01	1,40	0,20	0,00	39,60	0,60	19,40
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,250	13,75	0,03	0,00	0,03	7,30	37,00	7,40	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,03	3,40	29,20	3,20	0,00
	Итого обед:		**917,15**	**27,87**	**29,17**	**109,75**	**0,62**	**35,90**	**0,41**	**209,34**	**768,03**	**119,10**	**21,48**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

8	**День:** вторник													
	Неделя: вторая													
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	
	Завтрак													
сб. Москва 2004г №725*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	1/200/5	147,00	7,40	5,80	27,00	0,00	0,00	0,06	139,25	109,63	31,20	0,65	
сб. Москва 2004г №6*	Бутерброд с колбасой варено-копченой с сыром	1/50/40/10	220,00	13,50	7,80	25,10	0,03	0,25	0,03	285,00	132,80	21,70	1,40	
сб. Пермь 2001г № 253**	Напиток кофейный с молоком	1/200	74,90	5,10	0,50	8,78	0,00	0,00	0,12	181,80	66,00	7,50	0,90	
	Фрукты свежие	1/100	96,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10	
	Итого завтрак:		**537,90**	**26,80**	**14,30**	**68,38**	**0,09**	**27,25**	**0,23**	**641,05**	**419,43**	**71,40**	**3,05**	
	Обед													
Сб. Пермь №11	Салат из вареной моркови с зеленым горошком	1/100	123,70	2,30	10,20	6,20	0,05	12,60	0,00	11,60	21,60	16,60	0,75	
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник "Ленинградский" со сметаной мясом курицы	1/250/25/5	167,16	5,14	12,80	36,20	0,30	0,75	0,02	34,05	78,50	13,00	1,02	
Сб. Пермь 2001г №150**	Голубцы ленивые п\ф	1/100	129,40	9,70	8,15	8,00	0,08	1,51	0,10	14,56	75,50	0,29	0,46	
сб. Москва 2004г №518*	Картофель отварной	1/200	242,00	4,00	6,20	38,40	0,06	0,00	0,08	69,12	100,20	19,20	0,80	
сб. Москва 2004г №707*	Сок фруктовый	1/200	124,00	0,82	0,00	24,04	0,02	10,00	0,00	41,80	76,00	6,25	0,57	
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/25	60,00	1,62	0,25	13,75	0,03	0,00	0,03	7,30	37,00	7,40	0,00	
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1/25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,03	3,40	29,20	3,20	0,00	
Промышленное производство	Мармелад	1\30	96,00	0,50	0,00	23,80	0,03	0,10	0,03	1,20	33,60	9,00	2,37	
	Итого обед:		**1001,01**	**25,95**	**37,85**	**163,64**	**0,59**	**24,96**	**0,28**	**183,03**	**451,60**	**74,94**	**5,97**	
* Сборник для школ Москва -2004г.														
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.														

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись _____

ФИО _____

9	**День:** среда												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г№498*	Котлеты куриные п\ф	1/100	286,00	17,30	19,50	11,75	0,00	0,00	0,03	22,18	93,75	22,80	0,58
сб. Москва 2004г№512*	Рис припущенный	1/200	246,60	4,80	6,56	48,20	0,03	0,05	0,01	5,06	127,32	2,02	0,84
сб. Москва 2004г№ 692*	Кофейный напиток	1/200	74,90	5,10	0,50	8,78	0,00	0,00	0,00	181,80	66,00	7,50	0,90
сб. Москва 2004г№3*	Масло сливочное	1\5	33,10	0,30	3,60	0,10	0,00	0,00	0,00	12,40	102,00	7,50	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\25	60,00	1,62	0,25	13,75	0,03	0,00	0,03	7,30	37,00	7,40	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,03	3,40	29,20	3,20	0,00
Промышленное производство	Печенье Овсяное	1\50	154,00	9,40	5,60	33,00	0,03	0,00	0,00	73,10	113,03	35,50	1,50
	Итого завтрак:		**913,35**	**40,39**	**36,26**	**128,83**	**0,11**	**0,05**	**0,09**	**305,24**	**568,30**	**85,92**	**3,82**
	Обед												
Сб. Пермь 2001г №50**	Салат из свеклы с сыром	1/100	178,00	5,40	14,20	7,20	0,05	7,70	0,00	11,60	21,60	16,60	0,75
сб. Москва 2004г№138*	Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельами	1/250/25	106,70	1,87	2,97	17,82	0,01	2,06	0,02	27,42	106,35	15,50	0,20
сб. Москва 2004г№451*	Котлета из говядины П/Ф	1/100	247,50	20,30	3,30	3,40	0,00	0,00	0,00	4,75	133,10	1,90	0,78
сб. Москва 2004г№534*	Капуста тушеная	1/180	169,20	4,50	8,28	2,10	0,52	18,34	0,01	117,84	150,00	21,30	0,42
сб. Москва 2004г№705*	Напиток из плодов шиповника	1/200	94,00	0,00	0,00	23,60	0,00	1,00	0,30	0,00	36,50	4,00	0,83
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\50	120,00	2,76	0,50	27,50	0,06	0,00	0,05	14,60	74,00	14,80	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\50	117,50	3,74	0,50	26,50	0,04	0,00	0,06	6,80	58,40	6,40	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**1070,90**	**39,37**	**29,95**	**115,62**	**0,74**	**56,10**	**0,46**	**218,01**	**690,95**	**91,50**	**3,08**

* Сборник для школ Москва -2004г.

***Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

10	**День:** четверг												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №311*	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	1/200/5	183,50	6,20	6,40	38,00	0,00	0,00	0,03	184,90	136,50	0,00	0,00
сб. Москва 2004г№ 692*	Напиток: Цикорий растворимый с молоком	1/200	37,50	2,35	3,19	5,20	0,02	0,90	0,00	84,90	136,50	0,00	0,00
сб. Москва 2004г№3*	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	1/60/10/30	252,30	6,86	5,08	10,60	0,01	0,02	0,16	186,70	150,60	35,00	0,90
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\80	312,00	6,01	8,80	52,20	0,10	0,02	0,02	67,40	309,80	51,70	1,60
	Итого затрак:		**785,30**	**21,42**	**23,47**	**106,00**	**0,13**	**0,94**	**0,21**	**523,90**	**733,40**	**86,70**	**2,50**
	Обед												
сб. Москва 2004г№576*	Огурец соленый	1/100	13,00	0,83	0,16	1,60	0,03	11,60	0,00	28,30	50,00	23,30	0,83
сб. Москва 2004г№139*	Суп картофельный с бобовыми с мясом курицы	1/250/25	138,40	2,32	3,03	19,90	0,50	2,50	0,10	43,84	109,42	20,00	1,02
сб. Москва 2004г№388*	Рыбная котлета из красной рыбы п\ф	1/100	190,50	11,10	12,90	2,10	0,12	0,00	0,08	68,90	266,50	10,00	1,63
сб. Москва 2004г№520*	Картофельное пюре	1/180	253,80	3,78	12,30	33,00	0,05	0,00	0,05	57,60	120,96	14,40	0,72
сб. Москва 2004г№700*	Напиток из св.замороженной ягод	1/200	69,40	0,20	0,00	17,40	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,70
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/50	120,00	2,76	0,50	27,50	0,06	0,00	0,05	14,60	74,00	14,80	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1/50	117,50	3,74	0,50	26,50	0,04	0,00	0,01	9,00	58,40	6,40	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**940,60**	**25,53**	**29,59**	**135,50**	**0,86**	**42,30**	**0,31**	**257,24**	**790,28**	**99,90**	**5,00**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Ростовской области

подпись

ФИО

11	**День:** Пятница												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №413*	Сосиска молочная отварная	1\50	130,60	6,15	12,00	15,30	0,02	0,00	0,04	18,40	45,75	9,60	0,00
сб. Москва 2004г №516*	Макароны отварные	1/180	146,16	4,56	4,80	30,96	0,01	0,00	0,04	0,00	28,80	11,52	0,00
Промышленное производство	Батон	1\40	149,30	2,20	0,40	20,40	0,06	0,00	0,00	9,20	35,60	13,60	0,80
сб. Москва 2004г №97*	Сыр порциями	1\20	83,00	5,60	16,40	0,70	0,02	0,05	0,02	106,88	47,63	0,20	0,40
сб. Москва 2004г №693*	Какао с молоком	1/200	76,00	3,90	3,92	20,90	0,05	0,00	0,03	139,30	112,50	7,30	0,37
Промышленное производство	Кекс с изюмом	1\25	87,00	1,90	2,20	8,30	0,02	0,00	0,00	0,65	30,00	8,50	0,00
	Итого завтрак:		**672,06**	**24,31**	**39,72**	**96,56**	**0,18**	**0,05**	**0,13**	**274,43**	**300,28**	**50,72**	**1,57**
	Обед												
сб. Москва 2004г №78*	Икра свекольная	1\100	126,60	3,00	7,30	12,60	0,10	0,40	0,05	2,00	25,00	10,80	0,20
сб. Москва 2004г №124* Сб. Москва 2004г № 470*	Щи из свежей капусты с картофелем с фрикадельками из говядины	1/250/15	88,00	2,00	4,30	10,00	0,07	3,00	0,02	42,44	49,97	20,00	0,76
сб. Москва 2004г №719*	Пельмени отварые с маслом сливочным	1/200/5	249,60	11,30	4,80	47,40	0,07	0,00	0,05	46,00	280,00	38,13	3,00
сб. Москва 2004г №699*	Напиток лимонный	1/200	93,00	0,10	0,00	24,60	0,00	2,30	0,30	0,00	36,50	6,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,01	0,00	0,03	7,20	36,00	27,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,01	0,00	0,03	3,20	29,20	3,14	0,00
	Фрукты свежие	1/100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
	Итого обед:		**690,20**	**20,00**	**17,00**	**123,70**	**0,32**	**32,70**	**0,50**	**135,84**	**567,67**	**116,32**	**4,89**

* Сборник для школ Москва -2004г.

***Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО

12	**День:** суббота												
	Неделя: вторая												
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак												
сб. Москва 2004г №311*	Каша пшенная вязкая молочная с маслом	1\200\5	234,00	5,20	6,40	34,70	0,26	0,08	0,02	122,92	136,00	15,56	0,28
Промышленное производство	Батон	1\50	144,30	2,75	0,50	25,50	0,01	0,00	0,05	0,00	90,50	7,00	0,60
сб. Москва 2004г№686*	Чай с сахаром,с лимоном	1/200	60,00	0,30	0,00	15,20	0,00	0,80	0,01	0,00	8,24	0,00	0,80
	Фрукты свежие	1\100	38,00	0,80	0,20	7,50	0,06	27,00	0,02	35,00	111,00	11,00	0,10
сб. Москва 2004г №99 *	Колбаса варено-копченая	1\30	47,70	4,80	9,80	0,28	0,00	0,00	0,12	181,80	66,00	7,50	0,90
	Итого завтрак		**524,00**	**13,85**	**16,90**	**83,18**	**0,33**	**27,88**	**0,22**	**339,72**	**411,74**	**41,06**	**2,68**
	Обед												
Сб. Пермь 2001г №178**	Кукуруза консервированная	1\100	58,00	3,00	10,00	0,00	0,10	0,50	0,00	80,00	6,10	74,50	0,50
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник ленинградский с мясом курицы со сметаной	1/250/25/5	167,16	9,44	11,03	10,87	0,02	1,60	0,02	20,65	78,50	13,00	1,02
сб. Москва 2004г №451*	Шницель из говядины п\ф	1\100	227,10	13,10	15,30	1,70	0,08	0,00	0,03	134,80	93,75	6,56	0,04
сб. Москва 2004г №508*	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	228,60	2,61	7,04	42,48	0,01	0,30	0,03	106,06	135,00	18,81	0,38
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/25	60,00	1,62	0,25	13,75	0,03	0,00	0,03	7,30	37,00	7,40	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный 1с	1/25	58,75	1,87	0,25	13,25	0,02	0,00	0,03	3,40	299,20	3,20	0,00
Сб. Пермь 2001г №233**	Кисель из концентрата плодово-ягодного	1/200	103,60	1,36	0,00	29,02	0,08	2,10	0,01	0,00	21,64	0,00	0,00
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\50	195,00	3,80	5,50	32,60	0,06	0,01	0,01	42,10	193,60	32,30	0,50
	Итого обед:		**1098,21**	**36,80**	**49,37**	**143,67**	**0,40**	**4,51**	**0,16**	**394,31**	**864,79**	**155,77**	**2,44**
* Сборник для школ Москва -2004г.													
**Сборник для ДОУ Москва-2007г.													
	Средние показатели завтраки		**678,25**	**22,65**	**23,00**	**95,75**	**0,29**	**9,53**	**0,18**	**502,55**	**473,52**	**72,22**	**3,20**
	Средние показатели обеды		**949,55**	**31,50**	**32,20**	**134,05**	**0,55**	**32,46**	**0,37**	**217,45**	**606,50**	**107,79**	**7,01**
			Ккал	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**
	Средние показатели завтраки норма		**678,25**	**22,50**	**23,00**	**95,75**							
	25% от рациона факт		*678,25*	***22,65***	***23,00***	***95,75***							
	Средние показатели обеды норма		**949,55**	**31,50**	**32,20**	**134,05**							
	35% от рациона факт		*949,55*	***31,50***	***32,20***	***134,05***							
	Средние показатели за день		**1627,8**	**54,00**	**55,20**	**229,80**	**0,84**	**42,00**	**0,54**	**720,00**	**1080,00**	**180,00**	**10,20**
	60% от дневного рационафакт		*1627,8*	***54,15***	***55,20***	***229,80***	***0,84***	***42,00***	***0,54***	***720,00***	***1080,02***	***180,00***	***10,20***
Соотношение от калорийности норма%				***10-15%***	***30 - 32***	***55- 60***							
				13,31	***30,52***	***56,47***							

Начальник отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО