

Согласовано:

Директор ГБПОУ «СТК»

Шипулина Н.В.

Утверждаю:

ИП Ермола Т.Н.

Ермола Т.Н.

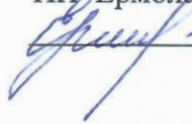
МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

1 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
267	Каша пшеничная молочная жидкая	7,8	9,46	35,8	283,6	205	50,00
300	Яйцо вареное	5,01	4,6	0,3	63	40	20,00
492,5	Чай с лимоном	0,1	0	15,2	61	200/7	25,00
112	Яблоко	0,4	0,4	9,8	47	100	40,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
17	Салат из свежих огурцов	0,7	10,1	2	102	100	30,00
142	Щи из свежей капусты с картофелем	1,75	4,97	7,77	83	250	50,00
332	Минтай отварной	17,8	0,7	0,4	79	100	90,00
291	Макаронные изделия отварные	7,54	0,9	38,8	193,2	200	35
512	Компот из изюма	0,3	0	20,1	81	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
ИТОГО 1 день		52,9	32,7	199	1332		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:
Директор ГБПОУ «СТК»
 Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП Ермола Т.Н.
 Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

2 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
260	Каша «Дружба»	5,39	11,95	25,68	231,85	205	50,00
300	Бутерброд с сыром	5	8,1	7,4	123	35	20,00
91	Кофейный напиток с молоком	3,2	2,9	15,9	79	200	30,00
112	Апельсин	0,9	0,2	8,1	43	100	40,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
2	Салат витаминный	1	10,1	10,6	138	100	40,00
134	Рассольник ленинградский	2,05	5,25	16,25	121,25	250	60,00
381	Котлета из говядины	17,8	17,5	14,3	286	100	100,00
195	Рагу из овощей	4	10,7	17	189	200	50,00
510	Компот из апельсинов и яблок	0,5	0,2	22,2	93	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 2 день	49,4	68,42	206,67	1643,50		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий
разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

составлено:
директор ГБПОУ «СТК»
Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП. Ермола Т.Н.
 Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет Осенний-зимний период

3 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
258	Каша пшеничная молочная вязкая	8,93	10,3	38,40	306,47	205	50,00
105	Масло сливочное	5,01	4,6	0,3	63	40	20,00
497	Какао с молоком	0,15	10,87	0,21	99,3	15	10,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
106	Помидор свежий порционный	1,1	0,2	3,80	24	100	20,00
128	Борщ со свежей капустой, с картофелем	1,82	5	10,65	95	250	50,00
345	Котлета рыбная	13,9	3,28	9,60	113	100	80,00
429	Картофельное пюре	7,54	0,9	38,8	193,2	200	35
512	Компот из кураги	4,2	8,8	21,80	184	200	50,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 3 день	46,9	44,3	205,14	1428,17		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:

Директор ГБПОУ «СТК»
Шипулина Н.В.

Утверждаю:

ИП Ермола Т.Н.
Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

4 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
317	Пудинг из творога пар.	27,86	21,3	44	482,66	200	100,00
481	Молоко сгущенное	5,01	4,6	0,3	63	50	35,00
492,5	Чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	20,00
91	Бутерброд с сыром	5	8,1	7,4	123	35	20,00
112	Яблоко	0,4	0,4	9,8	47	100	40,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
106	Огурец свежий порционный	0,8	0,1	2,5	14	100	15
147	Суп картофельный с макаронными изделиями	2,7	2,85	18,82	111,25	250	50,00
389	Тефтели из говядины	13,8	12,7	8,7	204	100	100,00
423	Капуста тушеная	7,4	7,2	7,8	126	200	45,00
512	Напиток из шиповника	0,3	0	20,1	81	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 4 день	71,76	58,62	234,11	1767,31		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий
разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:
Директор ГБПОУ «СТК»
Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП Ермола Т.Н.
Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

5 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
268	Каша рисовая молочная жидкая	7,8	9,46	35,8	283,6	205	50,00
300	Кофейный напиток с молоком	3,2	2,9	15,9	79	200	30,00
105	Масло сливочное	0,15	10,87	0,21	99,3	15	10,00
112	Апельсин	0,9	0,2	8,1	43	100	40,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
9	Салат из свежих моркови и яблок	0,9	10,2	7,2	124	100	45,00
144	Суп картофельный с горохом	2,3	4,25	15,1	108	250	50,00
377	Запеканка картофельная с мясом, соус томатный	29,7	31,17	27,04	507,8	250/50	200,00
512	Напиток из шиповника	0,3	0	20,1	81	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 5 день	53,9	70,7	198,8	1632,63		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:

Директор ГБПОУ «СТК»
Шипулина Н.В.



Утверждаю:

ИП Ермола Т.Н.
Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

6 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
267	Каша манная молочная жидкая	7,8	9,46	35,8	283,6	205	50,00
300	Яйцо вареное	5,01	4,6	0,3	63	40	20,00
497	Какао с молоком	5	4,4	31,7	186	200	30,00
105	Масло сливочное	0,15	10,87	0,21	99,3	15	10,00
112	Банан	3	1	22	192	200	60,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
106	Помидор свежий порционный	1,1	0,2	3,8	24	100	15,00
142	Суп крестьянский с крупой	2,2	5,1	14,55	112,5	250	60,00
341	Горбуша (филе) запеченная с яйцом	14,4	9,1	9,1	175	100	130,00
291	Рис отварной	4,42	7,28	40,56	245,52	180,00	40,00
508	Компот из сухофруктов	0,5	0	27	110	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 6 день	53,5	51,71	259,26	1767,505		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:
Директор ГБПОУ «СТК»
Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП Ермола Т.Н.
Ермола Т.Н.

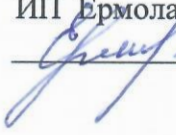
МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

7 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
301	Омлет натуральный	16,8	23,4	4,4	318	195	90,00
175	Кукуруза отварная	6,9	4,35	47,8	258	78	20,00
492,5	Чай с лимоном	0,1	0	15,2	61	200/7	25,00
91	Бутерброд с сыром	5	8,1	7,4	123	35	20,00
112	Яблоко	0,4	0,4	9,8	47	100	40,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
106	Огурец свежий порционный	0,8	0,1	2,5	14	100	15,00
159	Суп -пюре из картофеля	4,85	6,45	24,8	176,25	250	50,00
405	Кура в соусе с томатом	13,9	13,5	4,1	192	120	130,00
291	Каша гречневая рассыпчатая	10,3	9,4	45,4	303,66	180	35,00
512	Компот из кураги и изюма	0,3	0	20,1	81	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 7 день	70,8	67,22	251	1913,3		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:
Директор ГБПОУ «СТК»
 Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП Ермола Т.Н.
 Ермола Т.Н.

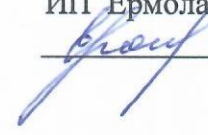
МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

8 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
255	Каша ячневая молочная вязкая	6	8	42	268	205	50,00
497	Кофейный напиток с молоком	3,2	2,9	15,9	79	200	30,00
105	Масло сливочное	0,15	10,87	0,21	99,3	15	10,00
112	Яблоко	0,4	0,4	9,8	47	100	40,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
4	Салат из капусты с морковью	1,6	10,1	9,6	136	100	15,00
150	Суп картофельный с рыбой	9,85	4,82	15,15	143,5	250	60,00
381	Шницель из говядины	17,8	17,5	14,3	286	100	110,00
429	Картофельное пюре	4,2	8,8	21,80	184	200	50,00
509	Компот яблок с лимоном	0,3	0,2	25,1	103	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 8 день	55,4	64,91	220,8	1768		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:
Директор ГБПОУ «СТК»
 Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП Ермола Т.Н.
 Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

9 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
7	Салат из моркови	1,1	10,1	9,1	132	100	35,00
313	Запеканка из творога	32	33,6	31,8	566,7	200	120
481	Молоко сгущенное	3,6	4,25	27,75	164	50	35,00
495	Чай с молоком	1,5	1,5	15,5	81	200	30,00
105	Масло сливочное	0,15	10,87	0,21	99,3	15	10,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
17	Салат из свежих огурцов	0,7	10,1	2	102	100	30,00
142	Суп -пюре из разных овощей	2,9	5,02	13,3	110,25	250	60,00
170	Гренки из пшеничного хлеба	2,25	0,22	13,95	66,84	20	5,00
406	Плов из курицы	16	7,28	37,9	359	210	150,00
512	Компот из шиповника	0,3	0	20,1	81	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 9 день	70,12	89,1	228,79	2070,45		

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий
разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.

Согласовано:
Директор ГБПОУ «СТК»
Шипулина Н.В.

Утверждаю:
ИП Ермола Т.Н.
Ермола Т.Н.

МЕНЮ основного питания для детей до 18 лет
Осенний-зимний период

10 день

№ рецепта	Наименование блюда	Б	Ж	У	Калор. блюда	Выход гр.	Цена
Завтрак							
262	Каша из хлопьев «Геркулес» вязкая	8,7	14,4	32,3	294,58	205	50,00
497	Какао с молоком	5	4,4	31,7	186	200	30,00
105	Масло сливочное	0,15	10,87	0,21	99,3	15	10,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
Обед							
106	Помидор свежий порционный	1,1	0,2	3,80	24	100	20,00
131	Свекольник	2,1	4,45	12	97	250	50,00
369	Жаркое по домашнему	26	23,2	16,6	379	220	190,00
508	Компот из сухофруктов	0,5	0	27	110	200	30,00
108	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	50	5,00
109	Хлеб ржаной	3,9	0,72	20,4	10,4	60	6,00
	ИТОГО 10 день						

Примечание: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий разработан ООО "Уральский региональный центр питания" Пермь 2013г.