СОГЛАСОВАНО :
Руководитель управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
по Иркутской области
_____ Э.Ф. Савченко
"01" 09 2020г

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник управления образования
Иркутского управления муниципального образования
_____ Р.Р Зарипов
"01" 09 2020г

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель ИП Олейник А.А.
_____ А.А. Олейник
"01" 09 2020г

Примерное цикличное меню двухразового питания (завтраки ,обеды)
для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районого муниципального образования
Для пищеблоков доготовочных организаций Возраст от 7 до 10 лет 2020-2021 учебный год
сезон осень-зима

Сб.Москва 2004г-сборник рецептур
Сб.Пермь 2001г-сборник рецептур
ПП-Промышленное пролизводство

специалист-эксперт отдела надзора за организацией питания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО Бацманова ОВ

Примерное цикличное меню двухразового питания (завтраки, обеды)

для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования

Для пищеблоков доготовочных организаций сезон осень-зима Возраст с 7-10 лет 2020-2021год

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход с 7-10 лет	Ккал	Б	Ж	У	В1	В2	С	А	Са	Р	Е	Mg	Fe
	Завтрак														
Сб. Пермь №86	Каша гречневая молочная	1\200	246,17	7,94	8,21	35,13	0,06	0,015	14,40	0,04	48,00	100,80	0,002	12,00	0,60
сб. Москва 2004г №685*	Чай с сахаром	1\200	83,60	0,42	0,00	19,20	0,02		0,10	0,00	5,25	6,84	0,000	1,40	0,80
сб. Москва 2004г№97*	Сыр (Российский и др.)	1\10	41,80	4,60	3,90	0,01	0,02	0,018	0,05	0,02	106,88	47,63	0,001	0,20	0,40
Промышленное производство	Масло сливочное	1\10	75,00	0,00	8,20	0,10	0,00	0,002	0,00	0,06	1,00	102,00	0,001	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,001	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**548,77**	**14,65**	**20,79**	**74,00**	**0,17**	**0,05**	**17,25**	**0,15**	**180,83**	**360,47**	**0,005**	**19,94**	**1,80**
	Обед														
сб. Москва 2004г №43	Салат из белокачанной капусты	1\60	22,00	11,00	0,70	0,10	1,90	0,000	0,02	6,99	0,00	17,00	0,0015	30,00	14,00
сб. Москва 2004г №139*	Суп гороховый	1\200	134,60	5,07	2,35	12,90	0,20	0,009	2,50	0,02	43,84	109,42	0,0010	12,00	2,02
Промышленное производство	Биточки (мясо,птица)	1\80	195,30	15,00	12,76	1,15	0,03	0,016	4,00	0,08	32,25	136,25	0,0009	16,45	0,00
Сб. Пермь №77	Овощное рагу	1\150	174,80	3,72	14,87	22,57	0,25	0,000	20,70	0,00	43,21	236,10	0,0010	15,20	3,02
сб. Москва 2004г.№639*	Компот из сухофрутов	1\200	124,00	0,60	0,00	21,40	0,02	0,000	1,00	0,00	6,70	36,50	0,0001	24,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0001	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0001	3,14	0,00
	Итого обед:		**752,90**	**37,08**	**31,16**	**77,68**	**2,47**	**0,05**	**30,92**	**7,12**	**145,70**	**638,47**	**0,0047**	**104,24**	**19,87**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

2	День:вторник														
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	В1	В2	С	А	Са	Р		Mg	Fe
	Завтрак														
сб. Москва 2004г.№333*	Макаронные изделия с тертым сыром	1\150	172,62	8,85	13,04	2,49	0,05	0,023	0,17	0,02	150,41	180,34	0,0001	13,26	0,20
сб.Пермь 2001г. №692**	Чай с молоком	1\200	32,80	2,40	3,11	2,34	0,05	0,010	0,20	0,04	149,33	110,13	0,0000	18,00	0,37
сб.Пермь 2001г. №198**	Кукуруза консервированная	1\60	70,30	3,00	3,83	2,90	0,02	0,001	0,01	0,00	16,00	44,23	0,0002	14,96	0,70
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0001	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0001	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**377,92**	**15,94**	**20,46**	**27,29**	**0,19**	**0,05**	**3,08**	**0,09**	**335,44**	**437,90**	**0,0005**	**52,56**	**1,27**
	Обед														
Промышленное производство	Помидор свежий (или соленый)в нарезке	1\60	78,00	15,02	0,90	0,20	1,90	0,000	0,02	6,99	0,00	17,00	0,0001	30,00	14,00
сб. Москва 2004г. №124*	Щи из свежей капусты	1\200	210,00	2,68	7,20	10,62	0,08	0,001	0,30	0,02	42,44	49,97	0,0002	20,00	0,76
сб. Москва 2004г.№492*	Плов из птицы	1\200	154,95	12,69	11,30	6,60	0,00	0,023	0,01	0,06	56,12	119,50	0,0020	15,22	0,73
сб. Москва 2004г№631* или 636*	Компот из свежих яблок	1\200	101,00	0,20	0,00	35,80	0,00	0,000	0,60	0,00	3,74	2,75	0,0002	0,20	0,18
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0001	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0001	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**646,15**	**32,28**	**19,88**	**72,78**	**2,05**	**0,04**	**3,63**	**7,10**	**122,00**	**292,42**	**0,0027**	**71,76**	**15,67**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Главный специалист-эксперт отдела [illegible] управления [illegible] и бумаги [illegible] Управления [illegible] по Иркутской области

08.09.2021

Балмакова О.В.

3															
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	В1	В2	С	А	Са	Р	F	Mg	Fe
	Завтрак														
сб. Москва 2004г №311*	Каша пшенная молочная	1\200	248,22	19,53	24,17	47,90	0,03	0,016	14,00	0,17	152,92	156,00	0,0009	10,31	0,42
сб. Москва 2004г№ 693 *	Какао с молоком	1\200	117,21	3,90	2,00	5,38	0,06	0,002	5,12	0,06	234,00	35,70	0,0001	8,90	0,11
Промышленное производство	Печенье сахарное	1\20	130,00	9,26	2,12	15,00	0,01	0,001	0,00	0,00	11,88	40,63	0,0001	7,50	0,00
сб. Москва 2004г№97*	Сыр (Российский и др.)	1\10	41,80	4,60	3,90	0,01	0,02	0,013	0,05	0,02	106,88	47,63	0,0002	0,20	0,40
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**639,43**	**38,98**	**32,67**	**87,85**	**0,19**	**0,05**	**21,87**	**0,28**	**525,38**	**383,16**	**0,0028**	**33,25**	**0,93**
	Обед														
сб. Москва 2004г№576*	Овощи свежие (или соленые)в нарезке помидор	1\60	22,00	11,00	0,70	0,10	1,90	0,001	0,00	7,00	0,00	17,00	0,0003	30,00	14,00
сб. Москва 2004г№135*	Суп овощной со сметаной	1\200\5	99,60	10,43	3,32	14,02	0,04	0,007	0,03	0,19	49,83	120,08	0,0004	15,00	0,05
Промышленное производство	Тефтели мясные	1\80	200,02	7,40	16,99	12,49	0,10	0,035	0,30	0,04	22,00	112,35	0,0001	17,85	0,63
сб. Москва 2004г №512*	Рис припущенный	1\150	122,35	2,35	6,20	10,17	0,02	0,015	0,00	0,00	5,80	95,49	0,0009	31,52	0,64
сб. Москва 2004г№638	Компот из изюма	1\200	121,40	0,20	0,00	35,80	0,00	0,000	0,60	0,00	3,74	2,75	0,0001	0,20	0,18
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого обед:		**667,57**	**33,07**	**27,69**	**92,14**	**2,13**	**0,08**	**3,63**	**7,26**	**101,07**	**450,87**	**0,0033**	**100,91**	**15,50**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

08.09.2020

5															
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Е**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак														
сб. Москва 2004г№160	Суп молочный с макароными изделиями	1\200	112,80	7,00	7,90	24,70	0,06	0,016	0,75	0,00	331,25	135,00	0,0012	32,44	0,68
сб. Москва 2004г№686*	Чай с сахаром,с лимоном	1\200	45,10	0,30	0,00	10,10	0,00	0,000	0,46	0,00	10,85	48,24	0,0000	0,00	0,80
Промышленное производство	Повидло фруктовое	1\10	17,30	0,04	0,03	4,25	0,02	0,000	0,05	0,02	106,88	47,63	0,0016	0,20	0,40
Промышленное производство	Масло сливочное	1\10	75,00	0,00	8,20	0,10	0,00	0,018	0,00	0,06	1,00	102,00	0,0006	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0005	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**352,40**	**9,03**	**16,61**	**58,71**	**0,15**	**0,05**	**3,96**	**0,11**	**469,68**	**436,07**	**0,0226**	**38,98**	**1,88**
	Обед														
Сб. Пермь №11	Салат из вареной моркови с зеленым горошком	1\60	78,23	1,90	5,12	6,27	0,03	0,009	0,60	0,00	7,00	13,00	0,0003	10,00	0,45
Сб. Пермь №11	Суп рыбный	1\200	92,99	10,57	3,29	5,36	1,90	0,004	0,02	6,99	0,00	17,00	0,0004	30,00	14,00
Промышленное производство	Котлета рубленая (мясо или птица)	1\80	110,00	7,00	10,74	1,00	0,04	0,016	0,00	0,04	0,38	106,00	0,0001	10,00	0,88
Сб. Пермь №186	Каша гречневая рассыпчатая	1\150	164,20	3,78	8,10	10,00	0,06	0,002	14,40	0,04	48,00	100,80	0,0009	12,00	0,60
сб. Москва 2004г №638*	Компот из плодов сухих(шиповник)	1\200	126,00	1,20	0,00	21,60	0,02	0,000	1,50	0,00	40,20	36,50	0,0001	26,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,008	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,008	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого обед:		**673,62**	**26,14**	**27,73**	**63,79**	**2,12**	**0,05**	**19,22**	**7,10**	**115,28**	**376,50**	**0,0040**	**94,54**	**15,93**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Согласовано 08.09.2020
Башмакова О.В.

6															
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Е**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак														
Промышленное производство	Биточки куриные	1\80	120,50	3,39	0,31	4,25	0,10	0,018	0,63	0,02	11,75	236,00	0,0009	9,25	0,46
сб. Москва 2004г№520*	Картофель пюре	1\150	164,20	3,78	8,10	10,00	0,06	0,001	14,40	0,04	48,00	100,80	0,0001	12,00	0,60
сб. Пермь 2001г. №692**	Чай с молоком	1\200	32,80	2,40	3,11	2,34	0,05	0,006	0,20	0,04	149,33	110,13	0,0002	18,00	0,37
Промышленное производство	Масло сливочное	1\10	75,00	0,00	8,20	0,10	0,00	0,011	0,00	0,06	1,00	102,00	0,0016	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**392,50**	**9,57**	**19,72**	**16,69**	**0,21**	**0,04**	**15,23**	**0,16**	**210,08**	**548,93**	**0,0037**	**39,25**	**1,43**
	Обед														
сб. Пермь 2001г№ 9*	Салат из моркови	1\60	24,00	0,55	0,10	1,90	0,03	0,001	0,20	0,00	7,00	13,00	0,0003	10,00	0,45
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник по-ленинградски	1\200	186,85	2,38	6,50	10,13	0,01	0,007	2,10	0,03	36,95	78,50	0,0004	27,50	1,02
сб. Пермь 2001г№ 141	Рыба,запеченная с картофелем по-русски	1\200	213,77	15,11	6,49	21,06	1,90	0,012	0,02	6,99	0,00	17,00	0,0001	30,00	14,00
сб. Москва 2004г №707*	Сок фруктовый (овощной)	1\200	122,17	0,30	0,00	46,40	0,02	0,000	10,00	0,00	41,08	76,50	0,0009	6,25	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0006	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого обед:		**648,99**	**20,0**	**13,6**	**99,1**	**2,0**	**0,040**	**15,0**	**7,1**	**104,7**	**288,2**	**0,0030**	**80,1**	**15,5**
* Сборник для школ Москва -2004г.															
**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.															

08.09.2020
Бакшанова О.В

7															
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	В1	В2	С	А	Са	Р	Е	Mg	Fe
	Завтрак														
Сб. Пермь №90	Каша манная молочная	1\200	229,22	5,05	14,62	40,20	0,08	0,0220	3,31	0,08	206,03	264,98	0,0001	28,95	0,90
сб. Москва 2004г№97*	Сыр(Российский и др.)	1\10	41,80	4,60	3,90	0,01	0,02	0,0015	0,05	0,02	106,88	47,63	0,0001	0,20	0,40
сб. Москва 2004г№692*	Кофейный напиток	1/200	88,69	1,32	0,68	19,71	0,02	0,0080	0,90	0,00	184,90	136,50	0,0002	7,50	0,00
Промышленное производство	Масло сливочное	1\10	75,00	0,00	8,20	0,10	0,00	0,0110	0,00	0,06	1,00	102,00	0,0016	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,0150	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,0150	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**491,71**	**11,14**	**27,70**	**69,64**	**0,18**	**0,0725**	**5,56**	**0,16**	**515,31**	**580,31**	**0,0028**	**39,85**	**1,30**
	Обед														
Сб. Пермь №4	Салат из белокачанной капусты с морковью	1\60	38,60	0,82	5,04	5,31	0,03	0,0010	0,30	0,00	7,00	13,00	0,0009	10,00	0,45
сб. Москва 2004г№140*	Суп картофельный с макароными изделиями	1\200	150,47	22,50	19,50	65,30	1,10	0,0060	0,01	1,00	139,60	135,15	0,0001	100,00	6,95
Промышленное производство	Тефтели(мясо ,птица)	1\80	200,02	7,40	16,99	12,49	0,10	0,0220	0,30	0,04	22,00	112,35	0,0001	17,85	0,63
сб. Москва 2004г№332*	Макароны отварные	1\150	166,37	6,12	0,72	28,20	0,01	0,0020	0,00	0,04	68,40	218,40	0,0002	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№705*	Компот из плодов сухих(шиповник)	1\200	94,00	0,40	0,00	22,20	0,02	0,0000	0,64	0,00	40,65	36,50	0,0016	4,00	0,83
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,0080	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,0080	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого обед:		**751,66**	**38,93**	**42,73**	**153,06**	**1,33**	**0,0470**	**3,95**	**1,11**	**297,35**	**618,60**	**0,0052**	**147,79**	**8,86**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

08.09.2022

8															
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**И2**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Е**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак														
сб. Москва 2004г №43	Салат из белокачанной капусты	1\60	22,00	11,00	0,70	0,10	1,90	0,0220	0,02	6,99	0,00	17,00	0,0007	30,00	14,00
Промышленное производство	Биточек куриный	1\80	120,50	3,39	0,31	4,25	0,10	0,0180	0,63	0,02	11,75	236,00	0,0001	9,25	0,46
сб. Москва 2004г№332*	Макаронные изделия отварные	1\150	166,37	6,12	0,72	28,20	0,01	0,0020	0,00	0,04	68,40	218,40	0,0001	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№ 693 *	Какао с молоком	1\200	117,21	3,90	2,00	5,38	0,06	0,0010	5,12	0,06	234,00	35,70	0,0002	8,90	0,11
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,0100	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0016	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,0100	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**506,28**	**15,10**	**3,51**	**57,39**	**0,24**	**0,0410**	**8,45**	**0,15**	**333,85**	**593,30**	**0,0035**	**34,09**	**0,57**
	Обед														
Сб. Пермь №19	Салат из свеклы и моркови	1\60	63,04	0,66	5,04	3,84	0,03	0,0010	0,30	0,00	7,00	13,00	0,0009	10,00	0,45
Сб. Пермь №41	Суп рыбный	1\200	92,99	10,57	3,29	5,36	1,90	0,0150	0,02	6,99	0,00	17,00	0,0001	30,00	14,00
сб. Москва 2004г №488	Куры тушеные	1\80	131,92	14,38	7,35	0,98	0,30	0,0250	0,03	7,20	3,20	0,03	0,0001	0,00	14,00
сб. Москва 2004г №512*	Рис припущенный	1\150	122,35	2,35	6,20	10,17	0,02	0,0100	0,00	0,00	5,80	95,49	0,0002	31,52	0,64
сб. Москва 2004г№705*	Компот из плодов сухих(изюм)	1\200	94,00	0,40	0,00	22,20	0,02	0,0000	0,64	0,00	40,65	36,50	0,0016	4,00	0,83
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,0100	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,0100	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого обед:		**606,50**	**30,05**	**22,36**	**62,11**	**2,34**	**0,0710**	**3,69**	**14,22**	**76,35**	**265,22**	**0,0044**	**81,86**	**29,92**

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

Главный специалист-эксперт по гигиене детей и подростков по условиям воспитания и обучения Роспотребнадзора по г. Иркутской области
подпись 08.09.2020
ФИО Балеевских О.В.

9															
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	B1	B2	C	A	Ca	P	E	Mg	Fe
	Завтрак														
сб. Москва 2004г №302	Каша вязкая молочная из пшеничный крупы	1\200	167,80	4,40	17,80	7,94	0,00	0,010	0,03	0,06	91,25	159,63	0,006	29,30	0,79
сб. Москва 2004г №685*	Чай с сахаром	1\200	48,60	0,02	0,36	9,20	0,00	0,000	0,10	0,00	5,25	8,24	0,000	4,40	0,00
Промышленное производство	Фрукт свежий (Яблоко)	1\100	129,00	0,40	0,00	44,13	0,03	0,000	41,00	0,10	166,00	133,60	0,000	16,05	1,96
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,010	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,010	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**447,60**	**6,51**	**18,64**	**80,83**	**0,10**	**0,030**	**43,83**	**0,19**	**282,20**	**404,67**	**0,026**	**56,09**	**2,75**
	Обед														
сб. Москва 2004г№576*	Перец свежий	1\60	12,00	0,55	0,10	1,90	0,03		0,20	0,00	7,00	13,00		10,00	0,45
сб. Москва 2004г.№110*	Борщ со сметаной	1\200\5	215,15	3,81	6,60	11,62	0,02	0,001	12,30	0,20	59,05	97,93	0,001	20,00	0,36
Промышленное производство	Тефтели мясные	1\80	200,02	7,40	16,99	12,49	0,10	0,012	0,30	0,04	22,00	112,35	0,012	17,85	0,63
сб. Москва 2004г№489*	Овощное рагу	1\150	317,95	12,17	11,93	17,71	0,02	0,000	0,20	0,00	56,54	266,30	0,000	15,22	0,73
сб. Москва 2004г №700*	Компот из ягод (замороженных или свежих	1\200	36,01	0,30	0,00	20,60	0,00	0,011	0,10	0,00	4,56	0,00	0,011	0,00	0,70
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,010	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,010	3,14	0,00
	Итого обед:		**838,13**	**24,40**	**35,92**	**73,94**	**0,23**	**0,034**	**14,40**	**0,24**	**165,65**	**518,78**	**0,034**	**66,27**	**2,87**
								1,80					**1,80**		

* Сборник для школ Москва -2004г.

***Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

08.09.2020

10															
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	В1		С	А	Са	Р	Е	Mg	Fe
	Завтрак														
сб. Москва 2004г№413*	Сосиска отварная	1\60	196,25	7,00	4,94	1,00	0,04	0,008	0,00	0,04	0,38	191,50	0,0023	10,00	0,00
Сб. Пермь №186	Каша гречневая рассыпчатая	1\150	164,20	3,78	8,10	10,00	0,06	0,011	14,40	0,04	48,00	100,80	0,0009	12,00	0,60
сб. Москва 2004г№576*	Овощи свежие в нарезки	1\30	22,00	11,00	0,70	0,10	1,90	0,001	0,00	7,00	0,00	17,00	0,0002	30,00	14,00
сб. Москва 2004г№692*	Цикорий растворимый с молоком	1\200	100,34	2,35	3,19	15,20	0,02	0,002	0,90	0,00	184,90	136,50	0,0016	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0008	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0007	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**584,99**	**24,13**	**16,93**	**26,30**	**2,02**	**0,022**	**15,30**	**7,08**	**233,28**	**445,80**	**0,0052**	**52,00**	**14,60**
	Обед														
сб. Пермь 2001г№ 9*	Салат из моркови	1\60	24,00	0,55	0,10	1,90	0,03	0,000	0,20	0,00	7,00	13,00	0,0012	10,00	0,45
сб. Москва 2004г№135*	Суп овощной	1\200	124,50	10,43	3,32	14,02	0,04	0,000	0,03	0,19	49,83	120,08	0,0014	15,00	0,05
Сб. Пермь №153	Жаркое по-домашнему	1\200	517,35	21,16	34,25	24,65	0,10	0,015	0,30	0,04	22,00	112,35	0,0019	17,85	0,63
сб. Москва 2004г.№639*	Компот из сухофруктов	1\200	132,17	0,60	0,00	35,40	0,02	0,000	1,00	0,00	40,20	36,50	0,0001	26,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого обед:		**900,22**	**34,43**	**38,15**	**95,53**	**0,26**	**0,035**	**4,23**	**0,26**	**138,73**	**385,13**	**0,0061**	**75,44**	**1,96**

* Сборник для школ Москва -2004г.

**Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

08.09.2020

ФИО Баимакова ОА

11															
№ рецепта, сборник	**Наименование блюда**	**выход**	**Ккал**	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Е**	**Mg**	**Fe**
	Завтрак														
Сб. Пермь №86	Каша гречневая молочная	1\200	246,17	7,94	8,21	35,13	0,06	0,014	14,40	0,04	48,00	100,80	0,0016	12,00	0,60
сб. Москва 2004г №685*	Чай с сахаром, лимоном	1\200	48,60	0,02	0,36	9,20	0,00	0,000	0,10	0,00	5,25	8,24	0,0000	4,40	0,00
Промышленное производство	Масло сливочное	1\10	75,00	0,00	7,25	0,10	0,00	0,007	0,00	0,06	54,30	102,00	0,0019	0,00	0,00
сб. Москва 2004г№97*	Сыр (Российский и др.)	1\10	41,80	4,60	3,90	0,01	0,02	0,014	0,05	0,02	106,88	47,63	0,0002	0,20	0,40
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого завтрак:		**513,77**	**14,25**	**20,20**	**64,00**	**0,15**	**0,055**	**17,25**	**0,15**	**234,13**	**361,87**	**0,0052**	**22,94**	**1,00**
	Обед														
сб. Москва 2004г№576*	Овощи в нарезке-огурец (соленый)	1\60	22,00	11,00	0,70	0,10	1,90	0,000	0,00	7,00	0,00	17,00	0,0009	30,00	14,00
сб. Москва 2004г.№110*	Борщ со сметаной	1\200\5	215,15	3,81	6,60	11,62	0,02	0,007	12,30	0,20	59,05	97,93	0,0007	20,00	0,36
Промышленное производство	Биточки (мясо или птица)	1\80	165,30	15,00	11,56	15,00	0,03	0,009	4,00	0,08	62,47	136,25	0,0012	16,65	0,00
Сб. Пермь №191	Каша рисовая	1\150	225,18	2,59	3,39	26,85	0,06	0,007	14,40	0,04	48,00	100,80	0,0013	12,00	0,60
сб. Москва 2004г №700*	Компот из ягод (замороженных или свежих	1\200	36,01	0,30	0,00	20,60	0,00	0,000	0,10	0,00	4,56	0,00	0,0009	0,00	0,70
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,010	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого обед:		**765,84**	**34,39**	**22,73**	**93,73**	**2,08**	**0,043**	**33,50**	**7,35**	**193,78**	**455,18**	**0,0065**	**84,99**	**15,66**

* Сборник для школ Москва -2004г.

***Сборник для ДОУ Пермь-2001г.

Главный специалист-эксперт
управления контроля качества
Роспотребнадзора
подпись 08.09.2020
ФИО Бакиева Л.В.

12															
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	В1	В2	С	А	Са	Р	Е	Mg	Fe
	Завтрак														
сб.Пермь 2001г. №198**	Горошек зеленый консервированный	1\60	35,10	1,10	0,20	1,90	0,07	0,001	0,02	0,00	78,30	126,00	0,0010	20,00	0,90
Промышленное производство	Тефтели рыбные	1\80	120,50	3,39	0,31	4,25	0,10	0,011	0,63	0,02	103,74	236,00	0,0002	9,25	0,46
сб. Москва 2004г№508*	Пюре картофельное	1\150	127,56	6,12	0,72	28,20	0,01	0,006	0,00	0,04	68,40	218,40	0,0016	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№686*	Кофейный напиток	1\200	132,17	0,60	0,00	35,40	0,02	0,002	1,00	0,00	40,20	36,50	0,0002	26,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,009	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого завтрак		**517,53**	**10,28**	**1,33**	**77,47**	**0,19**	**0,029**	**2,93**	**0,06**	**228,84**	**520,10**	**0,0027**	**48,30**	**1,29**
	Обед														
сб. Пермь 2001г.№1	Винегрет с р/м	1\60	38,70	0,63	5,07	4,16	1,90	0,000	0,00	7,00	0,00	17,00	0,0001	30,00	14,00
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник по-ленинградски	1\200	186,50	2,38	6,50	10,13	0,01	0,006	2,10	0,03	36,95	78,50	0,0014	27,50	1,02
сб. Пермь 2001г.№144	Рыба тушеная в томате с овощами	1\200	228,98	14,52	8,03	7,51	1,90	0,015	0,02	6,99	173,21	17,00	0,0006	30,00	14,00
сб. Пермь 2001г.№233**	Кисель из ягод (замороженных или свежих)	1\200	116,19	1,36	0,00	29,02	0,60	0,000	0,60	0,01	0,00	21,64	0,0011	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,007	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,009	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого обед:		**672,57**	**20,58**	**15,01**	**66,22**	**2,58**	**0,037**	**5,42**	**7,06**	**229,86**	**220,34**	**0,0046**	**63,84**	**15,02**
* Сборник для школ Москва -2004г.															
**Сборник для ДОУ Москва-2007г.															
	Средние показатели завтраки		**587,50**	**19,75**	**20,94**	**85,000**	**34,00**	**0,032**	**18,13**	**0,19**	**422,31**	**519,05**	**0,0025**	**64,92**	**3,24**
	Средние показатели обеды		**822,50**	**27,10**	**28,02**	**120,63**	**0,47**	**0,036**	**14,57**	**0,29**	**282,14**	**567,59**	**0,0037**	**103,73**	**4,90**
			Ккал	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Е**	**Mg**	**Fe**
	Средние показатели завтраки норма		**587,50**	**19,25**	**19,75**	**83,75**									
	25% от рациона факт		***587,50***	***19,75***	***20,94***	***85,00***									
	Средние показатели обеды норма		**822,50**	**26,95**	**27,65**	**117,25**									
	35% от рациона факт		***822,50***	***27,10***	***28,02***	***120,63***									
Соотношение от калорийности, норма%				**10 15**	**30-32**	**55-60**					**704,45**	**1086,64**			
Соотношение от калорийности, факт%				***13,11***	***30,26***	***57,02***									

подпись Ваш Пономарчук
ФИО 08.09.2020

12															
№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход	Ккал	Б	Ж	У	В1	В2	С	А	Са	Р	Е	Mg	Fe
	Завтрак														
сб.Пермь 2001г. №198**	Горошек зеленый консервированный	1\60	35,10	1,10	0,20	1,90	0,07	0,001	0,02	0,00	78,30	126,00	0,0010	20,00	0,90
Промышленное производство	Тефтели рыбные	1\80	120,50	3,39	0,31	4,25	0,10	0,011	0,63	0,02	103,74	236,00	0,0002	9,25	0,46
сб. Москва 2004г№508*	Пюре картофельное	1\150	127,56	6,12	0,72	28,20	0,01	0,006	0,00	0,04	68,40	218,40	0,0016	9,60	0,00
сб. Москва 2004г№686*	Кофейный напиток	1\200	132,17	0,60	0,00	35,40	0,02	0,002	1,00	0,00	40,20	36,50	0,0002	26,25	0,83
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,010	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,009	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого завтрак		**517,53**	**10,28**	**1,33**	**77,47**	**0,19**	**0,029**	**2,93**	**0,06**	**228,84**	**520,10**	**0,0027**	**48,30**	**1,29**
	Обед														
сб. Пермь 2001г.№1	Винегрет с р/м	1\60	38,70	0,63	5,07	4,16	1,90	0,000	0,00	7,00	0,00	17,00	0,0001	30,00	14,00
сб. Москва 2004г №132*	Рассольник по-ленинградски	1\200	186,50	2,38	6,50	10,13	0,01	0,006	2,10	0,03	36,95	78,50	0,0014	27,50	1,02
сб. Пермь 2001г.№144	Рыба тушеная в томате с овощами	1\200	228,98	14,52	8,03	7,51	1,90	0,015	0,02	6,99	173,21	17,00	0,0006	30,00	14,00
сб. Пермь 2001г.№233**	Кисель из ягод (замороженных или свежих)	1\200	116,19	1,36	0,00	29,02	0,60	0,000	0,60	0,01	0,00	21,64	0,0011	0,00	0,00
Промышленное производство	Хлеб пшеничный	1/30	57,00	0,17	0,30	9,62	0,06	0,007	1,30	0,00	16,50	29,20	0,0007	3,20	0,00
Промышленное производство	Хлеб ржаной	1/20	45,20	1,52	0,18	9,94	0,01	0,009	1,40	0,03	3,20	74,00	0,0008	3,14	0,00
	Итого обед:		**672,57**	**20,58**	**15,01**	**66,22**	**2,58**	**0,037**	**5,42**	**7,06**	**229,86**	**220,34**	**0,0046**	**63,84**	**15,02**
* Сборник для школ Москва -2004г.															
**Сборник для ДОУ Москва-2007г.															
	Средние показатели завтраки		**587,50**	**19,75**	**20,94**	**85,000**	**34,00**	**0,032**	**18,13**	**0,19**	**422,31**	**519,05**	**0,0025**	**64,92**	**3,24**
	Средние показатели обеды		**822,50**	**27,10**	**28,02**	**120,63**	**0,47**	**0,036**	**14,57**	**0,29**	**282,14**	**567,59**	**0,0037**	**103,73**	**4,90**
			Ккал	**Б**	**Ж**	**У**	**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Са**	**Р**	**Е**	**Mg**	**Fe**
	Средние показатели завтраки норма		**587,50**	**19,25**	**19,75**	**83,75**									
	25% от рациона факт		***587,50***	***19,75***	***20,94***	***85,00***									
	Средние показатели обеды норма		**822,50**	**26,95**	**27,65**	**117,25**									
	35% от рациона факт		***822,50***	***27,10***	***28,02***	***120,63***									
Соотношение от калорийности, норма%				**10 15**	**30-32**	**55-60**					**704,45**	**1086,64**			
Соотношение от калорийности, факт%				***13,11***	***30,26***	***57,02***									

Подпись
ФИО 08.09.2020