



М.Н.Пефтибай

Номер номенклатуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Химический состав блюд	Энергетическая ценность, ккал
--------------------	---------------------------------------	-------------	------------------------	-------------------------------

			1-4 класс	белки	жиры	углеводы	
Вторая неделя							
Обед							
Понедельник	102	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	25,01
	182	Каша гречневая	200	8,85	5,15	12,02	212,15
	45	Салат из белокач. капусты с морковью	150	1,31	3,35	6,50	60,40
	376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	Итог	X	X	25,00	25,93	98,79	749,55
Вторник	103	Суп картофельный с вермишелью	200/2	2,15	2,37	13,71	98,58
	291	Плов из филе птицы	200	17,79	22,01	37,37	471,25
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	389	Сок овощной, фруктовый и ягодный	200	0,00	0,00	11,38	4,18
	Итог	X	X	25,00	25,00	100,00	750,0
Среда	82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	7,83	10,1	174,75
	310	Картофель отварной	200	2,90	4,90	13,00	75,31
	268	Биточек рубленый	70	16,51	11,65	16,6	228,75
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	349	Компот из сухофруктов	200	0,04	0	11,96	94,2
	Итог	X	X	26,11	25,00	82,20	749,00
Четверг	101	Суп картофельный с крупой	200	1,22	2,27	5,07	71,11
	291	Плов из филе птицы	200	17,79	22,01	37,37	471,25
	52	Салат из свеклы отварной	100	0,86	3,65	5,02	56,34
	376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	Итог	X	X	25,00	28,57	100,0	834,69
Пятница	94	Рассольник	200	1,3	4,10	9,70	81,20
	268	Шницель	70	13,76	10,38	15,7	252,81
	67	Винегрет овощной	150	1,36	6,18	8,44	94,8
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	379	Кофейный напиток	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Итог	X	X	25,00	25,00	96,87	750,00
Номер номенклатуры		Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Химический состав блюд			Энергетическая ценность, ккал

			1-4 класс	белки	жиры	углеводы	
Первая неделя							
Обед							
Понедельник	103	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,71	83,8
	259	Жаркое по-домашнему	150	16,75	19,06	43,90	345,58
	47	Салат из кваш. капусты	60	1,04	3,05	5,12	51,73
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	358	Кисель	200	0	0	0	92,90
	Итог	X	X	25,00	25,00	100,27	750,00
Вторник	82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	7,83	10,1	174,75
	182	Каша Артек	200	9,00	6,00	28,17	212,15
	288/ 355	Фрикадельки в томатно-сметанном соусе	70	8,11	11,86	14,67	219,06
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
	Итог	X	X	25,15	25,85	105,48	750,00
Среда	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7,01	1,94	36,71	201,65
	289	Рагу из птицы	150	11,57	16,26	6,01	273,38
	67	Винегрет овощной	150	1,36	6,18	8,44	94,8
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	389	Сок овощной, фруктовый и ягодный	200	0,00	0,00	11,38	4,18
	Итог	X	X	23,64	18,82	91,56	655,20
Четверг	87	Суп с рыбными консервами	200	2,91	6,72	11,47	81,98
	304	Рис отварной	200	3,65	5,37	36,68	209,7
	261	Печень тушеная в соусе	100	12,55	12,99	4,01	182,25
	50	Икра кабачковая	50	0,76	0,04	9,18	40,08
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60
	Итог	X	X	25,00	25,76	95,94	750,00
Пятница	99	Суп из овощей	200	1,7	4,2	9,0	85,5
	172	Бефстроганов	70	10,68	10,81	3,75	150,16
	688	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
	139	Капуста тушеная	100	2,04	3,68	7,89	77,0
		Хлеб	40/75	5,06	0,62	37,54	175,99
	349	Компот из сухофруктов	200	0	0	25,3	92,9
	Итог	X	X	25,00	23,83	107,93	750,00

Примечание:

1. «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.;
2. «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2005 г. 628 с.;
3. «Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях», под ред. Могильного М.П. и В.А. Тутельяна, 2011 г.;
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.319;
5. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 282.