

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698															
Кефир*	207.00	200													
Сахар*	10.00	10													
Хлеб пшеничный			30	2.3	0.24	14.6	69.76		0.03		6	19.5	4.2	0.33	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	30.00	30													
Хлеб ржано-пшеничный			20	1.46	0.26	7.1	36.58		0.04		6.6	36.6	10.8	0.8	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20.00	20													
Итого: 82 руб.				26,86	21,62	87,78	653,14	15,14	0,28	180,97	270,79	345,29	75,22	3,79	
7 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Батон с маслом сливочным и сыром			50	6.3	5.6	14.7	134.4		5.1	0.04	52.72	69.4	103.5	11.75	0.53
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10															
Сыр*	15.15	15													
Масло сливочное*	10.00	10													
Батон "Молочный"	25.00	25													
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным			210	6.7	10.8	32.5	254		0.8	0.12	83.52	67.1	178.2	36.9	0.5
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311															
Крупа рис круглозерный*	40.00	40													
Сахар*	5.00	5													
Масло сливочное*	10.00	10													
Соль*	0.30	0.3													
Молоко цельное*	150.00	150													
Вода	20.00	20													
Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/150)			200	4.83	3.9	17.1	122.82		1.95	0.06	19.5	184	135	21	0.31
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №689															
Кофейный напиток*	4.00	4													
Молоко цельное*	150.00	150													
Сахар*	10.00	10													
Вода	60.00	60													
Сок фруктовый т/п			200	0.1		24	96.4		9	0.02	25	24	22	12	3
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
Сок(т/п)*	200.00	200													
Хлеб ржано-пшеничный			20	1.46	0.26	7.1	36.58		0.04		6.6	36.6	10.8	0.8	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20.00	20													
Итого: 82 руб.				19,39	20,56	95,4	644,2	16,85	0,28	180,74	351,1	475,3	92,45	5,14	
8 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Жаркое с мясом			260	15.8	19.1	38.57	389.38		11.7	0.8	186.2	237.5	240.5	56.8	2.4
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2011 г. №111															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	78.00	78													
Картофель (очищенный)*	160.00	160													
Лук репчатый (очищенный)*	30.00	30													
Морковь (очищенная)*	30.00	30													
Масло растительное*	5.00	5													
Томатная паста*	7.00	7													
Масло сливочное*	5.00	5													
Соль*	0.50	0.5													
Вода	25.00	25													
Лавровый лист*	0.05	0.05													
Укроп (сушеный)*	0.10	0.1													
Компот "Ягодно-фруктовый микс"			200	0.2	0.2	12.2	51.4		31.54	0.02	2.53	9	7	6	0.5
Сборник рецептур обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-4хн-2020 (7-11 лет)															
Смесь ягод (яблоко, вишня, клубника)*	20.00	20													
Сахар*	7.00	7													
Вода	180.00	180													
Хлеб пшеничный			20	1.53	0.16	9.72	46.44		0.02		4	13	2.8	0.22	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	20.00	20													
Хлеб ржано-пшеничный			20	1.46	0.26	7.1	36.58		0.04		6.6	36.6	10.8	0.8	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20.00	20													
Пряники			52	3.21	1.04	18.1	94.6		0.04		5.72	26		0.37	
Пряник(пром.пр-во)*															
Пряник(пром.пр-во)*	52.00	52													
Итого: 82 руб.				22,2	20,76	85,69	618,4	43,24	0,92	188,73	262,82	323,1	76,4	4,29	
9 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак															
Котлета "Детская"			100	14.4	13.5	22.8	270.3		0.35	0.05	5.5	156	137.2	18	2
Лечебное питание детей в стационарах №2.6															
Говядина*	68.00	68													
Лук репчатый (очищенный)*	9.00	9													
Хлеб пшеничный*	17.00	17													
Меланж*	3.00	3													
Вода	23.00	23													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12.40	8													
Соль*	2.50	2.5													
Масло растительное*	5.00	5													
Капуста тушеная			200	4.2	4.6	19.88	137.72		33.13	0.06	137.3	109.34	81.63	35.25	1.58
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №534															
Капуста (очищенная)*	229.00	229													
Масло растительное*	2.50	2.5													
Морковь (очищенная)*	5.00	5													
Лук репчатый (очищенный)*	9.00	9													
Томатная паста*	15.00	15													
Мука в/с*	4.00	4													
Сахар*	2.50	2.5													
Соль*	0.40	0.4													
Петрушка (сушеная)*	0.10	0.1													
Вода	45.80	45.8													
Компот из черной смородины			200	0.3	0.1	12.4	51.7		24	0.01	3.06	10	9	8	0.4
Сборник рецептур обучающихся 1-4-х классов Новосибирск 2020 №54-8хн-2020(7-11 лет)															
Смородина чёрная (замороженная)*	24.00	24													
Сахар*	10.00	10													
Вода	190.00	190													
Хлеб пшеничный			30	2.3	0.24	14.6	69.76		0.03		6	19.5	4.2	0.33	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															

Хлеб пшеничный*		30,00	30															
Хлеб ржано- пшеничный				20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8			
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																		
Хлеб-ржано пшеничный*		20,00	20															
Итого: 82 руб.				22,66	18,7	76,78	566,06	57,48	0,19	145,86	287,94	283,93	76,25	5,11				
10 день																		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ										
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг							
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Завтрак			555	22,53	19,1	86,86	609,46	291,02	0,28	418,7	240,75	375,94	112,48	9,79				
Рыба, тушенная в томате с овощами ШК			120	14,1	10,9	6,3	179,7	3,7	0,1	253	192,8	220,6	58,3	1,2				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №374																		
Минтай филе п/ф*		86,00	86															
Морковь (очищенная)*		48,00	48															
Лук репчатый (очищенный)*		48,00	48															
Томатная паста*		6,00	6															
Масло растительное*		3,00	3															
Соль*		0,50	0,5															
Сахар*		0,50	0,5															
Лимонная кислота*		0,05	0,05															
Лавровый лист*		0,01	0,01															
Рис припущенный			180	4,44	7,68	29,04	203,04	1,32	0,05	43,2	19,2	99,84	35,28	0,72				
Сборник для обр. учрежд. 2011г. Могильный №305																		
Крупа рис пропаренный*		48,00	48															
Масло сливочное*		15,00	15															
Соль*		0,40	0,4															
Напиток из плодов шиповника			200	0,85		14,4	61	275	0,02	122,5	15	4,25	4,25	6,25				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №705																		
Шиповник*		20,00	20															
Сахар*		7,00	7															
Вода		185,00	185															
Хлеб ржано- пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8				
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																		
Хлеб-ржано пшеничный*		20,00	20															
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22				
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																		
Хлеб пшеничный*		20,00	20															
Пастила фруктовая			15	0,15	0,1	20,3	82,7	11	0,05		3,15	1,65	1,05	0,6				
Пастила фруктовая*																		
		15,00	15															
Итого: 82 руб.				22,53	19,1	86,86	609,46	291,02	0,28	418,7	240,75	375,94	112,48	9,79				