

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59
№93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	15	15						
Каша молочная кукурузная, маслом сливочным			250/5	9,5	10,5	36,5	279	20,20
№265 крупа кукурузная	32	32						
2013г. молоко питьевое	234	234						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	8,46
№496 какао-порошок	5	5						
2013г. сахар	20	20						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			150	0,4	0,4	25	105	18,92
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				17,1	24,8	117,4	761	63,85
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров, с маслом растительным			100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106 помидоры свеж. парник	99	97						
2013г. или помидоры свеж. гру	114	97						
масло растительное	5	5						
Рассольник "Домашний" с курицей и сметаной			250/15/5	5,3	5,8	12,2	122	26,84
№132 курица потрош. 1 категории								
2013г. (разделка мякоть без кс	45	40						
или филе кур. пром. пр-	25	24						
или грудка кур. на кости	35	24						
или бедро куриное	35	24						
или филе грудки индей	25	24						
капуста свеж. белокоча	28	22						
картофель - 40%	125	75						
морковь - 25%	12	9						
лук репчатый	12	10						
огурцы сол. без уксуса	25	14						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
Котлеты, биточки мясные			120	18,5	18,7	19	318	41,24
№381 говядина 1 категории	125	92						
2013г. или мясо к/к	109	92						
или фарш мясн. пром. г	92	92						
хлеб пшеничный	22	22						
молоко питьевое	11	11						
лук репчатый	13,1	11						
яичный порошок	3,08	3,08						
сухари панировочные	12	12						
масло растительное для смазки ли	4	4						
Каша гречневая вязкая отварная			180	4,8	6,1	29,2	191	9,84
№248 крупа гречневая	45	45						
2013г. вода питьевая	144	144						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				32,9	37,1	147,6	1055	114,34
ПОЛДНИК								
Кондитерское изделие пром. пр-ва №589 2013г.			36	6,2	2,8	31,2	175	4,03
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,74
№493 чай	2	2						
2013г. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	174	18,37
№517 2013г.	207	200						
ИТОГО				11,5	9,2	52,8	400	24,14
ИТОГ ЗА 1 ДЕНЬ				61,5	71,10	317,8	2216	202,33

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным и сыром			55	4,3	9,7	10,7	147	21,07
№90,93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр твёрдый	16	15						
Каша молочная манная, с маслом сливочным			250/5	7,3	9,8	35	257	19,89
№262 крупа манная	25	25						
2013г. молоко питьевое	238	238						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный №108 2013г.			30	0,6	0,3	13,2	58	2,09
ИТОГО				15,9	22,8	82,4	597	53,02
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров и огурцов, с маслом раст			100	0,9	5	3,1	61	18,97
№106 помидоры свеж. парник	51	50						
2013г. или помидоры свеж. гру	59	50						
огурцы свеж. парник.	46	45						
или огурцы свеж. грунт.	47	45						
масло растительное	5	5						
Суп гороховый с мясом и гречками			250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	24,16
№144 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная к/к	29	25						
горох	21	21						
картофель - 40%	92	55						
морковь - 25%	18,6	14						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	6	6						
гречки из пшеничного хлеба №170 2013г.		20						
хлеб пшеничный	38	32						
Жаркое по-домашнему			250	14,2	15,9	29,9	320	47,48
№369 говядина 1 категории	110	81						
2013г. или говядина к/к	96	81						
или гуляш-п/ф пром. пр	81	81						
или свинина мясная к/к	87	74						
масса отварного мяса		50						
картофель - 40%	326	195						
морковь - 25%	37	28						
лук репчатый	14	12						
масло растительное	8	8						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	4,69
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	9	9						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				28,1	29	132,7	904	103,33
ПОЛДНИК								
Булочка пром. пр-ва			80	3	6,2	32,8	199	9,79
или								
Булочка домашняя			80					
№564 мука пшеничная	53	53						
2013г. мука на подпыл	2,7	2,7						
сахар	10	10						
сахар(для отделки)	2,7	2,7						
масло сливочное	13	13						
яйцо куриное для смазк	0,45	0,45						
соль иодированная	0,5	0,5						
дрожжи прессованные	1,3	1,3						
молоко питьевое	22	22						
масло растительное для смазки ли	0,3	0,3						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			183	0,7	0,7	25,2	110	23,11
ИТОГО				4,2	6,9	92	447	41,01
ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ				48,2	58,7	307,1	1948	197,36

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,16
№90 батон	30	30						
2013г. сыр твёрдый	21	20						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	15	11	21,75	243	50,07
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	12	12						
или крупа манная	11	11						
вода питьевая для каши	36	36						
яичный порошок	3,27	3,27						
сахар	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
молоко сгущённое с саха	10	10						
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	114	16,12
№517 2013г.	207	200						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	8,08
№495 чай	2	2						
2013г. молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				30,5	24,8	74,35	639	92,82
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,9	5,1	1,2	54	18,16
№106 огурцы свеж. парник.	98	96						
2013г. или огурцы свеж. грунт.	101	96						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной			250/15/10	6,1	7,2	7,8	120	19,93
№142 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная к/к	29	25						
капуста свеж. белокочан	63	50						
картофель - 40%	58	35						
морковь - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	1,6	1,6						
масло растительное	6	6						
сметана	10	10						
Котлета полтавская запеч., с соусом смет. с томатом			100/30	13,9	14,7	9,6	226	50,79
№427 говядина 1 категории	158	116						
1996г. или говядина к/к	137	116						
или фарш мясной пром	116	116						
вода питьевая	10	10						
чеснок	0,6	0,5						
яичный порошок	1,68	1,68						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки ли	3	3						
Соус сметанный с томатом		30						
№444 сметана	12,5	12,5						
2013г. мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	17,5	17,5						
томатная паста	1,2	1,2						
Макаронные изделия отварные			230	6,1	7,4	52,1	299	12,70
№291 макаронные изделия	85	85						
2013г. масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				30,1	35,8	153,8	1056	117,72
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром производства №590 2013г.			36	4	6,2	27,3	213	4,19
Напиток из шиповника			200	0,2	0	15,1	61,4	7,63
№512 шиповник	25	25						
2013г. сахар	5	5						
вода питьевая	235	235						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			114	0,4	0,4	14,4	152	22,07
ИТОГО				4,6	6,6	56,8	426,4	33,89
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ				65,2	67,2	284,95	2121,4	244,43

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК									
Бутерброд с маслом сливочным			30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59	
№93 батон	30	30							
2013г. масло сливочное	15	15							
Суп молочный с крупой			250	5,9	8,9	25,8	207	14,52	
№164 молоко питьевое	175	175							
2013г. вода питьевая	75	75							
крупы рис	15	15							
или крупы перловая	20	20							
сахар	5	5							
масло сливочное	3	3							
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,5	62	3,07	
№494 чай	2	2							
2013г. сахар	15	15							
лимон	6	5							
вода	200	200							
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	174	18,37	
№517 2013г.	207	200							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,6	0,2	7,6	35	1,29	
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39	
ИТОГО				14,7	25,6	81,2	674	52,23	
ОБЕД									
Нарезка из свежих помидоров , с маслом растительным			100	1,2	5,1	4,1	67	20,28	
№106 помидоры свжие парни	99	97							
2013г. или помидоры свеж.гру	114	97							
масло растительное	5	5							
Суп картофельный с рыбными фрикадельками			250/100	14,5	7,2	21,7	209	32,28	
№149 картофель - 40%	230	138							
2013г. морковь - 25%	20	15							
лук репчатый	12	10							
масло растительное	6	6							
томатная паста	1,6	1,6							
фрикадельки:									
№168 горбуша потрашен.с гол	143	100							
2013г. или горбуша нераздела	172	100							
или минтай потрошенны	135	100							
или фарш минтая	100	100							
лук репчатый	24	20							
яичный порошок	1,4	1,4							
вода питьевая	7,5	7,5							
Бедро или грудка куриные запеченые "Домашние"			100	17,2	16	0,7	216	35,25	
№494 курица потрошенная 1 кд	167	149							
2004г. или грудка куриная на к	157	149							
или бедро куриное	157	149							
томатная паста	2	2							
чеснок	0,6	0,5							
масло растительное	2	2							
Рис припущенный			180	3,5	4,4	30,5	176	9,39	
№415 крупа рисовая	64	64							
2013г. вода питьевая	132	132							
масло сливочное	6	6							
Компот из кураги			200	0,9	0	27	112	8,06	
№512 курага	25	25							
2013 сахар	6	6							
вода питьевая	211	211							
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86	
ИТОГО				39,9	34,1	133,1	999	113,29	
ПОЛДНИК									
Кондитерское изделие пром.пр-ва №589 2013г.			36	6,2	2,8	31,2	175	4,03	
Молоко питьевое кипяченое			200	7,7	7	10,7	137	12,27	
№515 2013г.	200	200							
Фрукт в ассортименте №112 2013			100	0,1	0,1	10,5	97	19,42	
ИТОГО				14	9,9	52,4	409	35,72	
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ					68,6	69,6	266,7	2082	201,24

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным и сыром			30/10/20	6,5	10,7	11,9	170	24,85
№93,90 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр	21	20						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			250/5	9,4	11,5	26	245	21,06
№264 крупа пшеничная	30	30						
2013г. молоко питьевое	240	240						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Кондитерское изделие пром. пр-ва в ассортименте			12	5,5	4,8	30	185	2,52
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	38	1,39
ИТОГО				25	29,9	92,6	739	58,50
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров и огурцов, с маслом раст.			100/5	0,9	5	3,1	61	18,97
№106 помидоры свежие парн	51	50						
2013г. или помидоры свежие г	59	50						
огурцы свежие парнико	46	45						
или огурцы свежие грун	47	45						
масло растительное	5	5						
Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной			250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	27,98
№111 говядина 1 категории	33	24						
2004г. или говядина полуфабр	28	24						
или свинина мясная	29	25						
свекла	60	45						
капуста свежая белокоч	28	22						
картофель - 40%	25	15						
фасоль	15	15						
морковь -25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	6	6						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Рыба запечённая, с маслом сливочным №588 2013г.			100/5	17,5	13,9	3,1	208	33,34
№310 горбуша или кета потр	170	119						
1996г. или горбуша или кета н	205	119						
или минтай потрашен о	153	113						
сухари	4	4						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Картофельное пюре			200	5,1	6,1	28,1	188	20,46
№429 картофель - 40%	286	171						
2013г. молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Кондитерское изделие пром. пр-ва в ассортименте			12	5,5	4,8	30	185	2,52
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				40	36,9	159,5	1130	119,41
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром.пр-ва в асс. №588 2013г.			30	4,9	3,9	36,8	202	6,50
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	114	16,12
№516 2013г.	207	200						
Фрукт в ассортименте №112 213г.			150	0,5	0,5	21	90	17,09
ИТОГО				10,6	10,8	66,8	406	39,71
ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ				75,6	77,6	318,9	2275	217,62

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,16
№90 батон	30	30						
2013г. сыр	21	20						
Каша молочная манная, с маслом сливочным			250/5	7,3	9,8	35	257	19,89
№262 крупа манная	25	25						
2013г. молоко питьевое	238	238						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком			200	0,3	0,3	14	60	8,08
№495 чай	2	2						
2013г. сахар	15	15						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			100	0,3	0,3	14	60	19,42
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,2	0,6	26,4	114	1,93
Хлеб пшеничный №108 2013г.			30	0,6	0,3	13,2	57	2,09
ИТОГО				16,8	16	117,5	678	68,57
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров, с маслом растительным			100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106 помидоры свежие парни	99	97						
2013г. или помидоры свеж.гру	114	97						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с макаронными изделиями с курице			250/15	4,9	6,3	21,2	161	21,59
№147 курица потрашенная 1 кг	45	40						
2013г. или филе куриное	25	24						
или филе грудки индей	25	24						
или грудка куриная на к	35	24						
или бедро куриное	35	24						
картофель - 40%	125	75						
макаронные изделия	12	12						
морковь -25%	16	12						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	6	6						
зелень сушеная	0,1	0,1						
Говядина или свинина, тушённая с капустой			250	12,8	19,8	21,4	316	47,22
№365 говядина 1 категории	110	81						
2013г. или говядина полуфабр	96	81						
или гуляш-полуфабрика	81	81						
или свинина мясная	97,5	83						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	10	10						
капуста свежая белокоч	313	250						
морковь -25%	43	32						
томатная паста	1	1						
мука пшеничная	2	2						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			40	0,8	0,4	12,6	77	2,87
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	0,9	0,5	15,1	69	2,57
ИТОГО				21,1	32,1	108,4	828	102,64
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №589 2013г.			36	6,2	2,8	31,2	175	4,03
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	8,46
№496 какао-порошок	5	5						
2013г. сахар	20	20						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
ИТОГО				10	6,3	56,2	322	12,49
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ				47,9	54,4	282,1	1828	183,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59
№93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	15	15						
Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным			250/5	6,9	8,4	28,7	218	20,45
№260 крупа рисовая	22	22						
2013г. крупа пшено	15	15						
молоко питьевое	228	228						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,5	62	3,07
№494 чай	2	2						
2013г. сахар	15	15						
лимон	6	5						
вода питьевая	200	200						
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	7,7	8,7	9,2	146	18,37
№517 2013г.	207	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный №108 2013г.			30	0,6	0,3	13,2	58	2,09
ИТОГО				18,3	27,6	88,7	675	58,86
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,9	5,1	1,2	54	18,16
№106 огурцы свежие парники	98	96						
2013г. или огурцы свежие грунт	101	96						
масло растительное	5	5						
Суп из овощей с мясом со сметаной			250/15/10	7,7	6,3	12,5	138	25,96
№144 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная	29	25						
картофель - 40%	84	50						
морковь -25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
горошек зеленый консерв.	15	10						
капуста свежая белокочанная	38	30						
масло сливочное	6	6						
сметана	10	10						
Тефтели, запеченные в молочном соусе			120	16,8	17,7	12,6	277	37,41
№388 свинина мясная	80	68						
2013г. или говядина 1 категории	92	68						
или говядина к/к	80	68						
или фарш мясной промышленный	68	68						
хлеб пшеничный	12	12						
яичный порошок	1,4	1,4						
молоко питьевое	18	18						
масло растительное	4	4						
лук репчатый	43	36						
мука пшеничная	8	8						
соус молочный для запекания			50					
№434 молоко питьевое	50	50						
2013г. мука пшеничная	4	4						
масло сливочное	4	4						
масло растительное для смазки	3	3						
Макаронные изделия отварные			230	6,1	7,4	52,1	299	12,70
№291 макаронные изделия	85	85						
2013г. масло сливочное	10	10						
Компот из сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	5,10
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				34,6	37,9	146,3	1064	107,36
ПОЛДНИК								
Кондитерское изделие пром.пр-ва в асс. №590 2013г.			24	5,2	5,6	15	131	2,79
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			124	0,9	0,7	25,5	112	24,00
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО				6,6	6,3	74,5	381	34,90
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ				59,5	71,8	309,5	2120	201,12

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,16
№90 батон	30	30						
2013г. сыр твёрдый	21	20						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	15	11	21,75	243	50,07
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	12	12						
или крупа манная	11	11						
вода питьевая для каши	36	36						
яичный порошок	3,27	3,27						
сахар	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
молоко сгущенное с саха	10	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			80	0,1	0,1	4	59	5,56
Фрукт в ассортименте №112 2013			73	0,3	0,3	14	60	15,04
ИТОГО				25,7	18,8	70,55	593	96,51
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров, с маслом растительным			100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106 помидоры свежие парн	99	97						
2013г. или помидоры свежие г	114	97						
масло растительное	5	5						
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			250/15/5	7,9	5,8	15,5	146	21,26
№154 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная	29	25						
капуста свежая белооч	40	32						
картофель-40%	47	28						
крупя перловая	10	10						
морковь-25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом			120/40	24	14,1	15,5	285	26,65
№347 горбуша(кета)потрашен	173	115						
2013г. или горбуша нераздел	209	115						
или минтай потрашен	155	115						
или фарш минтая пром	115	115						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	18	18						
яичный порошок	2,8	2,8						
мука пшеничная	10	10						
соус сметанный с томатом		40						
№444 сметана	15	15						
2013г. мука пшеничная	3	3						
вода питьевая	25	25						
томатная паста	1,6	1,6						
масло растительное для смазки ли	3	3						
Картофельное пюре			200	5,1	6,1	28,1	188	20,46
№429 картофель-40%	286	171						
2013г. молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				40,8	32,2	138,1	1007	103,46
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №590 2013г.			36	4	6,2	27,3	300	4,19
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,74
№493 чай	2	2						
2013г. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
ИТОГО				4,1	6,2	39,9	351	5,93
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				70,6	57,2	248,55	1951	205,90

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК									
Суп молочный с крупой			250	5,9	8,9	25,8	207	14,52	
№164	молоко питьевое	175	175						
2013г.	вода питьевая	75	75						
	крупы рис	15	15						
	или крупы перловая	20	20						
	сахар	5	5						
	масло сливочное	3	3						
Кондитерское изделие пром. пр-ва в ассортименте			12	5,5	4,8	30	185	2,52	
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	114	16,12	
№516	2013г.	207	200						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	8,08	
№495	чай	2	2						
2013г.	молоко питьевое	100	100						
	сахар	15	15						
	вода питьевая	100	100						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39	
ИТОГО				19,8	22,8	93,5	658	42,63	
ОБЕД									
Нарезка из свежих помидоров и огурцов, с маслом раст.			100	0,9	5	3,1	61	18,97	
№106	помидоры свеж. парник	51	50						
2013г.	или помидоры свеж. грун.	59	50						
	огурцы свеж. парник.	46	45						
	или огурцы свеж. грунт.	47	45						
	масло растительное	5	5						
Суп картофельный с овощами с мясом со сметаной			250/15/10	7,2	5,9	19,9	162	27,87	
№1.72	говядина 1 категории	33	24						
1995г.	или говядина к/к	28	24						
	или свинина мясная	29	25						
	картофель-40%	187	112						
	морковь-25%	20	15						
	лук репчатый	9,5	8						
	масло сливочное	6	6						
	томатная паста	1,2	1,2						
	сметана	10	10						
Печень, тушенная в соусе			100/50	12,9	12,4	5,3	184,4	56,61	
№401	печень говяжья	172	142						
2013г.	мука пшеничная	6	6						
	масло растительное	5	5						
	масса тушеной печени		100						
№442	соус сметанный		50						
2013г.	сметана	12,5	12,5						
	мука пшеничная	1,3	1,3						
	вода питьевая	40	40						
	масло сливочное	1,3	1,3						
Каша гречневая рассыпчатая			180	4,8	6,1	29,2	191	9,84	
№237	крупы гречневая	45	45						
2013	вода питьевая	144	144						
	масло сливочное	7	7						
Компот из кураги			200	0,9	0	27	112	8,06	
№512	курага	25	25						
2013г.	сахар	6	6						
	вода питьевая	206	206						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			80	1,6	0,8	35,2	154	5,56	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			80	1,8	1	30,2	137	5,14	
ИТОГО				30,1	31,2	149,9	1001,4	132,05	
ПОЛДНИК									
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №588 2013г.			30	4,9	3,9	36,8	202	6,50	
Кондитерское изделие пром. пр-ва в ассортименте			12	5,5	4,8	30	185	2,52	
Напиток из шиповника			200	0,2	0	15,1	61,4	7,63	
№512	шиповник	25	25						
2013г.	сахар	5	5						
	вода питьевая	235	235						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			116	0,3	0,3	14	60	23,98	
ИТОГО				10,9	9	95,9	508,4	40,63	
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ					60,8	63	339,3	2167,8	215,31

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59
№93 батон	30	30						
2013э. масло сливочное	15	15						
Каша молочная из овсян. хлопьев "Геркулес", с маслом			250/5	9,4	9,6	32,5	254	19,72
№266 хлопья "Геркулес"	32	32						
2013э. молоко питьевое	228	228						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	8,46
№496 какао-порошок	5	5						
2013э. сахар	20	20						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.			30	0,7	0,4	11,3	51	1,93
Хлеб пшеничный №108 2013э.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				16,8	23,6	92,1	648	45,09
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,9	5,1	1,2	54	18,16
№106 огурцы свежие парники	98	96						
2013э. или огурцы свежие грунт	101	96						
масло растительное	5	5						
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной			250/15/10	6,8	6,5	15,4	147	25,77
№134 курица потрош 1 катего	45	40						
2013э. или филе куриное	25	24						
или филе грудки индей	25	24						
или грудка кур.на кости	35	24						
или бедро куриное	35	24						
картофель - 40%	87	52						
крупа перловая	5	5						
морковь-25%	13,3	10						
лук репчатый	6	5						
огурцы солен.без уксуса	27	15						
масло сливочное	6	6						
сметана	10	10						
Котлета по-хлыновски			100	14,1	14,8	12,7	240	37,11
№454 говядина 1 категории	116	85						
2004э. или говядина к/к	100	85						
или фарш мясной пром	85	85						
картофель - 40%	33	20						
лук репчатый	14	12						
яичный порошок	2,52	2,52						
сухари панировачные	9	9						
масло растительное	2	2						
Капуста тушеная			180	5,5	7,4	16,8	156	12,50
№423 капуста свежая	238	190						
2013э. морковь-25%	37	28						
томатная паста	1,6	1,6						
лук репчатый	14,3	12						
масло растительное	7	7						
мука пшеничная	2	2						
сахар	0,4	0,4						
Сок в ассортименте №518 2013э.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013э.			80	1,6	0,8	35,2	154	5,56
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				30,8	35,4	138	992	111,07
ПОЛДНИК								
Сырники из творога запеченые, с молоком сгущенным			50/5	19,5	17,7	41	114	16,47
№321 творог	46	45						
2013э. крупа манная	6,25	6,25						
яичный порошок	0,63	0,63						
сахар	2,25	2,25						
ванилин	0,01	0,01						
мука пшеничная	3,25	3,25						
сметана	2,25	2,25						
масло сливочное для с	1,5	1,5						
молоко сгущенное	5	5						
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,74
№493 чай	2	2						
2013э. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
Фрукт в ассортименте №112 2013э.			89	0,3	0,3	14	164	10,14
ИТОГО				19,9	18	67,6	329	28,35
ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ				67,5	77	297,7	1969	184,51

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным и сыром			30/10/20	6,5	10,7	11,9	170	24,85
№93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр твердый	21	20						
Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным			250/5	9,5	10,5	36,5	279	20,20
№265 крупа кукурузная	32	32						
2013г. молоко питьевое	234	234						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	10	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный № 108 2013г.			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78
ИТОГО				20,5	24,6	89,5	661	57,80
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,7	0,1	1,9	11,3	18,20
№106 огурцы свежие грунтовые	101	96						
2013г. или огурцы свежие парниковые	98	96						
масло растительное	5	5						
Уха с крупой			250/100	18,1	10,1	14	219	43,14
№152 горбуша потрошен с головой	172	120						
2013г. или горбуша неразделанная	206	120						
или минтай потрошен	167	124						
или лосось неразделанная	217	126						
картофель - 40%	125	75						
крупка рисовая	9	9						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
Курица в соусе с томатом			100	14,1	15,6	1,8	204	24,93
№405 курица потрошенная 1 категория	146	130						
2013г. или грудка куриная на кости	73	70						
или филе куриное или крылышки	69	65						
или бедро куриное	73	70						
масло растительное	4	4						
лук репчатый	9,5	9,5						
томатная паста	4	4						
мука пшеничная	2	2						
чеснок	1,2	0,9						
морковь-25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
Картофельное пюре			200	5,1	6,1	28,1	188	20,46
№429 картофель - 40%	286	171						
2013г. молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Компот из сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	5,10
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			80	1,6	0,8	35,2	154	5,51
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				41,5	33,5	122,5	956,3	121,20
ПОЛДНИК								
Кондитерское изделие пром. пр-ва в асс. №590 2013г.			24	4,5	5,5	44,3	221	2,79
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			130	0,9	0,7	25,5	112	14,81
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО				5,9	6,2	103,8	471	25,71
ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ				67,9	64,3	315,8	2088,3	204,71

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром								
№90 батон	30	30	30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,16
2013г. сыр твёрдый	21	20						
Каша молочная ячневая, с маслом сливочным								
№255 крупа ячневая	32	32	250/5	9,8	10,7	31	260	19,51
2013г. молоко питьевое	234	234						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком								
№958 чай	2	2	200	2,8	2,5	19,9	113	8,08
2013г. молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013								
			90	0,3	0,3	14	60	11,35
Хлеб пшеничный №108 2013г.								
			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
ИТОГО								
				21,3	18,9	105	674	60,17
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров и огурцов, с маслом раст								
№106 помидоры свежие парн	51	50	100	0,9	5	3,1	61	18,97
2013г. или помидоры свежие г	59	50						
огурцы свежие парнико	46	45						
или огурцы свежие грун	47	45						
масло растительное	5	5						
Свекольник с мясом, со сметаной								
№131 говядина 1 категории	33	24	250/15/10	7,7	6,3	21	172	31,23
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная	29	25						
свекла-25%	85	64						
картофель-40%	72	43						
морковь-25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	6	6						
сахар	1	1						
сметана	10	10						
Гречка по-купечески с мясом								
№4/8 говядина 1 категории	107	79	250	15,3	18,4	37,7	378	44,10
2011г. или говядина к/к	93	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	4	4						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	1	10						
лук репчатый	14	12						
морковь-25%	33	25						
Компот из свежих плодов								
№507 яблоки свежие	45,6	40	200	0,2	0	20,6	83	10,17
2013г. или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб пшеничный №108 2013г.								
			30	0,6	0,3	13,2	58	2,18
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			30	0,7	0,1	11,3	51	1,93
ИТОГО								
				25,4	30,1	106,9	803	108,58
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром.про-ва №589 2013								
			36	6,2	2,8	31,2	175	4,03
Сок в ассортименте №518 2013г.								
			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО								
				6,7	2,8	65,2	313	12,14
ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ								
				53,4	51,8	277,1	1790	180,89

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59
№93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	15	15						
Макаронные изделия, запеченные с сыром			220	12,2	12,5	48,9	357	20,69
№296 макаронные изделия	80	80						
2013г. масло сливочное	6	6						
сыр твёрдый	12,5	12						
масло сливочное для ст	3	3						
Чай с лимоном			200/5	0,1		15,5	62	3,07
№494 чай	2	2						
2013г. сахар	15	15						
лимон	6	5						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				15,2	22,6	87,7	615	38,74
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным			100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106 помидоры свежие парн	99	97						
2013г. или помидоры свежие г	114	97						
масло растительное	5	5						
Суп картофельный с крупой с мясом			250/15	7,7	5,9	21,1	168	22,17
№138 говядина 1 категории	33	24						
2004г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная	29	25						
крупка перловая	6	6						
картофель - 40%	125	75						
лук репчатый	12	10						
морковь-25%	13,3	10						
масло сливочное	6	6						
Котлета рыбная натуральная запеченая, с маслом слив			120/5	15,5	19,7	9,2	276	27,10
№9/7 минтай потрашенный	170	126						
2011г. или горбуша потрашенн	189	126						
или горбуша нераздела	229	126						
или фарш минтая пром	126	126						
лук репчатый	12	10						
яичный порошок	6,16	6,16						
мука пшеничная	8	8						
масло растительное дл	4	4						
масло сливочное	5	5						
Овощи припущенные			150	2,2	3,8	20,3	124	17,72
№524 морковь-25%	86	65						
2004г. или кабачки	112	75						
лук репчатый	18	15						
картофель - 40%	137	82						
мука пшеничная	3	3						
масло сливочное	5	5						
Компот из кураги			200	0,9	0	27	112	8,06
№512 курага	25	25						
2013г. сахар	6	6						
вода питьевая	211	211						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			80	1,6	0,8	35,2	154	5,56
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				30,5	36,1	139,6	1004	104,75
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №588 2013г.			30	8	8,7	15,7	173	6,50
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,28
№493 чай	1	1						
2013г. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			104	1,3	0,7	37,5	162	13,07
ИТОГО				8,1	8,7	28,3	386	20,85
ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ				53,8	67,4	255,6	2005	164,34

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК									
Горячий бутерброд с сыром и помидорами			90	11,6	10,9	14,7	203	29,51	
№93 батон	40	40							
2013а. масло сливочное	5	5							
сыр твердый	26	25							
помидоры свежие парн	20,4	20							
помидоры свежие грун	24	20							
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	18,1	12,8	26,1	292	50,07	
№373 творог	144	143							
2013а. мука пшеничная	12	12							
или крупа манная	11	11							
вода питьевая для каш	36	36							
яичный порошок	3,27	3,27							
сахар	6	6							
ванилин	0,01	0,01							
сметана	6	6							
сухари пшеничные	6	6							
масло сливочное для смазки листа	4	4							
масса готовой запеканки		150							
молоко сгущённое	10	10							
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	8,08	
№495 чай	2	2							
2013а. молоко питьевое	100	100							
сахар	15	15							
вода питьевая	100	100							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29	
ИТОГО				33	26,5	68,3	642	88,95	
ОБЕД									
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,7	0,1	1,9	11,3	18,20	
№106 огурцы свежие грунтов	101	96							
2013а. или огурцы свежие пар	98	96							
масло растительное	5	5							
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной			250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	25,86	
№1.78 курица потрашен 1 кат	45	40							
1995а. или филе куриное пром	25	24							
или филе грудки индей	25	24							
или грудка курин на кост	35	24							
или бедро куриное	35	24							
свекла-25%	57	43							
капуста свежая	31	25							
картофель-40%	42	25							
морковь-25%	20	15							
лук репчатый	12	10							
масло сливочное	6	6							
томатная паста	3,2	3,2							
сметана	5	5							
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом сливочным			120/5	18,2	18,9	13,1	295	29,66	
№412 филе куриное пром пр-	85	81							
2013а. или филе грудки индей	85	81							
или грудка куриная про	119	81							
или фарш куриный про	81	81							
хлеб пшеничный	22	22							
лук репчатый	14	12							
яичный порошок	2,24	2,24							
молоко питьевое	24	24							
мука пшеничная	8	8							
масло растительное для смазки ли	3	3							
масло сливочное	5	5							
Рис припущенный с кукурузой			180	4,2	8,9	24	193	26,03	
№415 крупа рисовая	54	54							
2013а. масло сливочное	10	10							
кукуруза консервирова	67	40							
Сок в ассортименте №518 2013а.			200	0,5	0,5	30,5	129	8,11	
Хлеб пшеничный №108 2013а.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86	
ИТОГО				31,4	35,7	130,8	970,3	115,89	
ПОЛДНИК									
Булочка промышленного производства №560 2013а.			80	6	8,9	27,5	214	9,79	
или									
Булочка "Нежная"			80						
№560 мука пшеничная	46	46							
2013а. сахар	9	9							
масло сливочное	10	10							
дрожжи прессованные	1,2	1,2							
молоко питьевое	18	18							
крошка									
мука пшеничная	1,5	1,5							
масло сливочное	1,5	1,5							
масло сливочное для смазки издел	1,5	1,5							
масло растительное для смазки ли	0,5	0,5							
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,5	62	2,61	
№494 чай	1	1							
2013а. сахар	15	15							
лимон	6	5							
вода питьевая	200	200							
Фрукт в ассортименте №112 2013а.			152	2,1	0,5	21	97	29,59	
ИТОГО				8,2	9,4	64	373	41,99	
ИТОГ ЗА 14 ДЕНЬ					72,6	71,6	263,1	1985,3	246,83

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59
№93 батон	30	30						
2013а. масло сливочное	15	15						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			250/5	9,9	10,5	30,5	256	19,83
№267 крупа пшено	32	32						
2013а. молоко питьевое	232	232						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013а. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013а.			100	0,3	0,3	14	60	19,42
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный №108 2013а.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				16,8	23,9	91,3	647	64,20
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров и огурцов, с маслом раст.			100	0,9	5	3,1	61	18,97
№106 помидоры свеж. парник	51	50						
2013а. или помидоры свеж. гру	59	50						
огурцы свеж. парник.	46	45						
или огурцы свеж. грунт.	47	45						
масло растительное	5	5						
Суп-лапша домашняя с курицей			250/15	6,4	5,7	10,1	117	15,80
№156 курица потрашен 1 кате	45	40						
2013а. или филе куриное пром	25	24						
или филе грудки индей	25	24						
или грудка курина на кос	35	24						
или бедро куриное	35	24						
мука пшеничная	1,2	1,2						
мука пшеничная (на под	1,2	1,2						
яйцо куриное	5	5						
вода питьевая	3,5	3,5						
масса лапши домашней			20					
или лапша пром пр-ва	20	20						
морковь-25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
морковь-25%	20	15						
масло сливочное	6	6						
Рыба запеченая, с маслом сливочным			120/5	20,7	17,7	4,4	260	39,61
№310 горбуша или кета пртра	204	143						
1996а. или горбуша или кета н	246	143						
или минтай потрашне о	184	136						
сухари панировачные	6	6						
масло растительное	8	8						
масло сливочное	5	5						
Картофельное пюре			200	5,1	6,1	28,1	188	20,46
№429 картофель-40%	286	171						
2013а. молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте №518 2013а.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013а.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				36,2	35,9	128,8	983	110,98
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №590 2013а.			24	9,3	9,6	16,8	296	2,79
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,74
№493 чай	2	2						
2013а. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
ИТОГО				9,4	9,6	29,4	347	4,53
ИТОГ ЗА 15 ДЕНЬ				62,4	69,4	249,5	1977	179,71

Повар-бригадир _____

Накопительная 12-18 лет три приёма пищи (завтрак, обед, полдник) 15-тидневное меню для питания детей в ла

№	Продукты 15	Норма в день СанПИН г, мл, нетто на 1 ребенка СанПИН 2.3/2.4.3590-20												
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Хлеб ржаной	78	80	80	60	80	60	70	80	50	80	90	80	50
2	Хлеб пшеничный	180	132	232	162	110	140	136	132	220	130	139	150	136
3	Мука пшеничная	19	0	56	14	0	0	2	12	25	7,3	5,3	2	0
4	Крупы, бобовые	42,5	77	46	0	79	45	25	47	10	60	43	41	80
5	Макаронные изделия	17	0	0	85	0	0	12	85	0	0	0	0	0
6	Картофель	121,55	75	250	35	138	186	75	50	199	112	72	246	43
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая солёные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	224	163	161	173	146	188	419	182	151	119	370	128	218
8	Фрукты свежие	157,25	150	183	120	114	150	100	124	73	116	89	130	130
9	Сухофрукты	14	0	25	25	25	0	0	25	0	50	0	25	0
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в .т.ч. инстантные	169	200	200	200	0	200	200	200	200	0	200	200	200
11	Мясо 1-й категории	58,5	92	25	141	0	25	83	93	25	25	85	0	104
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)	10	0	0	0	0	0	0	0	0	142	0	0	0
13	Птица (цыплята-бройлеры потрошёные - 1 кат)	42,4	40	0	0	149	0	40	0	0	0	40	130	0
14	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолёное	50,05	0	0	0	100	113	0	0	115	0	0	0	0
15	Молоко	297,5	346	360	100	375	372	438	296	150	275	328	366	334
16	Кисломолочная пищевая продукция	108	200	0	200	200	200	0	200	0	200	0	0	0
17	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	51	0	0	143	0	0	0	0	143	0	45	0	0
18	Сыр	12,7	0	15	20	0	20	20	0	20	0	0	20	20
19	Сметана	8,5	5,0	0,0	28,5	0,0	5,0	0,0	10,0	26,0	22,5	12,3	0,0	10,0
20	Масло сливочное	29,75	33	21	14	24	33	11	40	17	17	28	28	21
21	Масло растительное	11,7	9	26	14	13	11	15	12	8	10	14	9	9
22	Яйцо, шт.	36	11	1,6	17	5	0	0	5	22	0	11	0	0
23	Сахар	29,75	36	36	26	26	15	39	34	28	31	39	29	35
24	Кондитерские изделия	12,75	36	0	0	36	0	0	24	0	24	0	24	0
25	Чай	1,7	2	0	2	2	0	2	2	2	2	2	0	2
26	Какао-порошок	1,02	5	0	0	0	0	5	0	0	0	5	0	0
27	Кофейный напиток	1,7	0	5	0	0	5	0	0	5	0	0	5	0
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0	1,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29	Крахмал	2,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
30	Соль пищевая поваренная йодированная	4,25	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3	4,3
31	Специи	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7
	Итого													

Соотношение белков:жиров:углевод

* ежедневно заполняются все ячейки согласно текущей даты. В случае если продукт не использовался в какой-то день, то следует обязательно поставить 0 (иначе рез

згере дневного пребывания.

Фактически получено																			за 31 день	Факт в день	% вы- полнения	Химический состав			Ккал
Дни																						белки	жиры	углеводы	
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
60	80	80																	1080	72,0	92	3,528	0,72	33,19	153
160	208	140																	2327	155,1	86	12,256	2,17	56,00	293
11	56	0																	190	12,7	67	1,31	0,16	8,73	42
6	54	32																	645	43,0	101	3,23	0,26	33,21	148
80	0	20																	282	18,8	111	1,32	0,19	14,74	66
157	25	171																	1834	122,3	101	2,45	0,49	19,93	94
202	264	130																	3014	201,0	90	0,80	0,00	8,24	36
109	157	100																	1845	123,0	78	0,05	0,00	19,93	80
25	0	0																	200	13,3	95	0,29	0,00	7,21	30
0	200	200																	2400	160,0	95	0,64	0,00	23,84	98
25	0	0																	723	48,2	82	6,89	7,09	0,00	91
0	0	0																	142	9,5	95				0
0	121	40																	560	37,333	88,1	5,34	6,23	0,00	77,5
126	0	143																	597	39,8	79,5	5,7	1,9	0,0	39,6
0	142	364																	4246	283,1	95	7,93	4,25	13,30	123
0	0	0																	1200	80,0	74	1,44	1,20	3,76	32
0	143	0																	474	31,6	62	3,48	1,42	0,25	28
12	25	0																	172	11,5	90	2,18	2,29	0,00	29
0,0	11,0	0,0																	130	8,7	102	0,23	0,87	0,23	10
40	43	38																	408	27,2	91	0,22	19,71	0,00	178
9	8,5	13																	181	12,0	103	0,00	12,02	0,00	108
0	15	0																	88	5,8	16	0,74	0,67	0,04	9
33	45	14																	465	31,0	104	0,00	0,03	30,95	124
0	0	0																	144	9,6	75	0,24	0,20	8,62	37
3	3	2																	26	1,7	100	0,35	0,00	0,07	2
0	0	0																	15	1,0	98	0,06	0,01	0,51	2
0	0	5																	25	1,7	98	0,10	0,01	0,84	4
0	1,2	0																	3	0,2	56				0
0	0	0																	0	0,0	0				0
4,3	4,3	4,3																	64	4,3	100	0,00	0,00	3,39	14
1,7	1,7	1,7																	26	1,7	100				0
																						61	62	287	1948
																						1,0	1,0	4,7	

ультат будет неверным). В случае если в месяце менее 31 дня, то оставшиеся столбцы не заполняются.

**Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приёмы пищи
для детей 12-18 лет**

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2720 ккал)	Завтрак, ккал		Обед, ккал		Полдник, ккал		Итого, ккал	
п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 увеличение на 10% 2992 ккал	25% от суточного рациона	% выполне- ния	35% от суточного рациона	% выполне- ния	15% от суточного рациона	% выполне- ния	75% от суточного рациона	% выполне- ния
	748		1047		449		2244	
1 день	761	25	1055	35	400	13	2216	73
2 день	597	20	904	30	447	15	1948	65
3 день	639	21	1056	35	426,4	14	2121,4	70
4 день	674	23	999	34	409	14	2082	71
5 день	739	25	1130	38	406	14	2275	77
ИТОГО в среднем за неделю	3410	23	5144	34	2088,4	14	10642,4	71
6 день	678	23	828	28	322	11	1828	62
7 день	675	23	1064	36	381	13	2120	72
8 день	593	20	1007	34	351	12	1951	66
9 день	658	22	1001,4	33	508,4	17	2167,8	72
10 день	648	22	992	33	329	11	1969	66
ИТОГО в среднем за неделю	3252	22	4892,4	33	1891,4	13	10035,8	68
11 день	661	22	956,3	32	471	16	2088,3	70
12 день	674	23	803	27	313	11	1790	61
13 день	615	21	1004	34	386	13	2005	68
14 день	642	22	970,3	32	373	13	1985,3	67
15 день	647	22	983	33	347	12	1977	67
ИТОГО в среднем за неделю	3239	22	4716,6	32	1890	13	9845,6	67
Итого в среднем за день	660	22	984	33	391,32	13	2035,32	68