

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			20/10	1,8	7,1	9,9	111	9,06
№93 батон	20	20						
2013г. масло сливочное	10	10						
Каша молочная кукурузная, маслом сливочным			200/5	5,5	5,9	27	183	16,87
№265 крупа кукурузная	25	25						
2013г. молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
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	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				12,4	17,4	103,3	619	55,99
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			100	12,4	12,6	15,8	226	33,88
№381 говядина 1 категории			103	76				
2013г. или мясо к/к	90	76						
или фарш мясн. пром. г	76	76						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	10,7	9						
яичный порошок	2,52	2,52						
сухари панировочные	10	10						
масло растительное для смазки ли	2	2						
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.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	0,7	0,1	11,3	51	1,93
ИТОГО				25,9	30,2	128,6	841	104,36
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	1,28
№493 чай			1	1				
2013г. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
Кисломолочный напиток в ассотрименте			200	5,2	6,4	9	174	18,37
№517 2013г.			207	200				
ИТОГО				11,5	9,2	52,8	400	23,68
ИТОГ ЗА 1 ДЕНЬ				49,8	56,8	284,7	1019	184,03

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			200/5	5,1	7,1	28	196	16,65
№262 крупа манная	20	20						
2013г. молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
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				13,7	20,1	75,4	536	49,78
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.								
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								
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.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				27,6	28,7	124,5	868	102,00
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	1,6	1,6						
соль иодированная	0,5	0,5						
дрожжи прессованные	1,3	1,3						
молоко питьевое	22	22						
масло растительное для смазки листа	0,3	0,3						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			174	0,5	0,5	18,9	83	22,01
ИТОГО				4	6,7	85,7	420	39,91
ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ				45,3	55,5	285,6	1824	191,69

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			30/15	6,3	4,1	14,9	122	13,39
№90 батон	30	30						
2013г. сыр твёрдый	16	15						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	15	11	21,75	292	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
№516 2013г.	207	200						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	7,62
№495 чай	1	1						
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				29,7	24,2	74,35	680	88,59
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			90/30	12,5	13,2	8,6	203	45,89
№427 говядина 1 категории	141	104						
1996г. или говядина к/к	123	104						
или фарш мясной пром	104	104						
вода питьевая	9	9						
чеснок	0,5	0,4						
яичный порошок	1,4	1,4						
сухари пшеничные	9	9						
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			180	4,2	5,9	44,2	247	9,94
№291 макаронные изделия	64	64						
2013г. масло сливочное	8	8						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				26,4	32,6	136,1	942	108,67
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва №590 2013г.			24	4,5	5,5	44,3	221	2,79
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.			173	0,55	0,55	20	87	33,71
ИТОГО				5,25	6,05	79,4	369,4	44,13
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ				61,35	62,85	289,85	1991,4	241,39

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			20/10	1,8	7,1	9,9	111	9,06	
№93 батон	20	20							
2013г. масло сливочное	10	10							
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	0,1	0	15,5	62	2,61	
№494 чай	1	1							
2013г. сахар	15	15							
лимон	6	5							
вода питьевая	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.			40	0,8	0,4	17,6	76	2,78	
ИТОГО				14,4	23	85,4	665	48,63	
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							
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"			90	14,6	12	0,6	169	31,70	
№494 курица потрошенная 1 к	150	134							
2004г. или грудка куриная на к	141	134							
или бедро куриное	141	134							
томатная паста	1,6	1,6							
чеснок	0,5	0,4							
масло растительное	2	2							
Рис припущенный			150	3,1	3,8	25,4	148	7,81	
№415 крупа рисовая	53	53							
2013г. вода питьевая	110	110							
масло сливочное	5	5							
Компот из кураги			200	0,6	0	18,7	77	6,53	
№512 курага	20	20							
2013г. сахар	6	6							
вода питьевая	211	211							
Хлеб пшеничный №108 2013г.			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	0,9	0,5	15,1	69	2,57	
ИТОГО				35,7	29	103,2	816	103,95	
ПОЛДНИК									
Кондитерское изделие пром.пр-ва №589 2013г.			36	6,2	2,8	31,2	175	4,03	
Молоко питьевой кипяченое			200	7,7	6,4	10,7	131	12,27	
№515 2013г.	200	200							
Фрукт в ассортименте №112 2013			200	0,2	0,2	21	86	38,84	
ИТОГО				14,1	9,4	62,9	392	55,14	
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ					64,2	61,4	251,5	1873	207,72

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			30/10/15	4,3	9,7	10,7	147	21,07
№93,90 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр твёрдый	16	15						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			200/5	7,5	6,2	20,8	169	16,72
№264 крупа пшеничная	24	24						
2013г. молоко питьевое	192	192						
сахар	3	3						
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	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				20,9	23,6	86,2	640	50,38
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						
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			100/5	17,5	13,9	3,1	208	33,34
№310 горбуша или кета потро	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			180	3,9	5,9	26,7	176	18,97
№429 картофель - 40%	257	154						
2013г. молоко питьевое	29	29						
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				32,8	31,6	119,9	897	114,07
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром.пр-ва в ассортименте №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 2013г.			150	0,5	0,5	21	90	17,09
ИТОГО				10,6	10,8	66,8	406	39,71
ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ				64,3	66	272,9	1943	204,16

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			30/15	6,3	4,1	14,9	122	13,39
№90 батон	30	30						
2013г. сыр твёрдый	16	15						
Каша молочная манная, с маслом сливочным			200/5	5,1	7,1	28	196	16,65
№262 крупа манная	20	20						
2013г. молоко питьевое	190	190						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	7,62
№495 чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			202	0,6	0,6	28	120	37,88
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	0,7	0,4	11,3	51	1,93
Хлеб пшеничный №108 2013г.			30	0,6	0,3	13,2	57	2,09
ИТОГО				16,1	15	115,3	659	79,56
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						
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						
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.			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				22	32,6	129,8	901	105,23
ПОЛДНИК								
Кондитерское 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	8,11
№496 какао-порошок	5	5						
2013г. сахар	15	15						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
ИТОГО				10	6,3	56,2	322	12,14
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ				48,1	53,9	301,3	1882	196,93

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			20/10	1,8	7,1	9,9	111	9,06
№93 батон	20	20						
2013г. масло сливочное	10	10						
Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным			200/5	5,5	6,7	24,5	180	17,05
№260 крупа рисовая	17	17						
2013г. крупа пшено	12	12						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,5	62	2,61
№494 чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
лимон	6	5						
вода питьевая	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	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный № 108 2013г.			30	0,6	0,3	13,2	58	2,09
ИТОГО				13,7	20,8	79,7	619	50,47
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100/5	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 белокоч.	38	30						
масло сливочное	6	6						
сметана	10	10						
Тефтели, запеченные в молочном соусе			100	14	14,4	10,5	227	33,42
№388 свинина мясная	63	54						
2013г. или говядина 1 категори	73	54						
или говядина к/к	64	54						
или свинина мясная	97,5	83						
или фарш мясной пром	54	54						
хлеб пшеничный	10	10						
яичный порошок	1,12	1,12						
молоко питьевое	14	14						
масло растительное	3	3						
лук репчатый	25	29						
мука пшеничная	6	6						
Соус молочный для запекания								
		50						
№434 молоко питьевое	50	50						
2013г. мука пшеничная	4	4						
масло сливочное	4	4						
масло растительное для смазки ли	3	3						
Макаронные изделия отварные			180	4,2	5,9	44,2	247	9,94
№291 макаронные изделия	64	64						
2013 масло сливочное	8	8						
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.			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				29,2	32,7	123,7	906	98,58
ПОЛДНИК								
Кондитерское изделие пром.пр-ва в асс. №590 2013г.			24	5,2	5,6	15	131	2,79
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			193	0,6	0,6	28	120	37,60
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО				6,3	6,2	77	389	48,50
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ				49,2	59,7	280,4	1914	197,55

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			30/15	6,3	4,1	14,9	122	13,39
№90 батон	30	30						
2013г. сыр твёрдый	16	15						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	15	11	21,75	292	50,07
№313 творог	144	143						
2013г. 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 сгущенное	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	1,6	0,8	35	59	5,56
Фрукт в ассортименте №112 2013			123	0,3	0,3	21	46	25,34
ИТОГО				26,4	18,9	108,55	620	103,04
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров, с маслом растительным			100/5	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 белокоч	40	32						
картофель-40%	47	28						
крупка 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			90/40	18,9	8,3	9,8	190	20,72
№347 горбуша(кета)потрашен	126	84						
2013г. или горбуша нераздел	153	84						
или минтай потрашен	113	84						
или фарш минтая пром	84	84						
хлеб пшеничный	14	14						
молоко питьевое	14	14						
яичный порошок	1,96	1,96						
мука пшеничная	7	7						
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			180	3,9	5,9	26,7	176	18,97
№429 картофель-40%	257	154						
2013г. молоко питьевое	29	29						
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				35	26,5	139,2	936	97,37
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром.пр-ва в асс. №590 2013г.			36	4	6,2	27,3	213	4,19
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,28
№493 чай	1	1						
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				9,3	12,6	48,9	438	23,84
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				70,7	58	296,65	1994	224,25

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			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	7,62	
№495	чай	1	1						
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	42,17	
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			90/50	11,5	11,1	5	166	53,48	
№401	печень говяжья	162	134						
2013г.	мука пшеничная	4	4						
	масло растительное	4	4						
	масса тушеной печени		90						
№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			150	4,3	5,1	24,3	160	8,38	
№237	крупы гречневая	38	38						
2013г.	вода питьевая	120	120						
	масло сливочное	6	6						
Компот из кураги			200	0,6	0	18,7	77	6,53	
№512	курага	20	20						
2013г.	сахар	6	6						
	вода питьевая	211	211						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			70	1,4	0,7	30,8	135	4,87	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86	
ИТОГО				27,3	28,6	124,5	864	123,96	
ПОЛДНИК									
Мучное изделие пром.пр-ва в ассортименте №588 2013г.			20	5,5	6,7	36	178	4,33	
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.			216	6	0,6	22,2	107	44,58	
ИТОГО				11,7	7,3	73,3	346,4	56,54	
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ					58,8	58,7	291,3	1868,4	222,67

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			20/10	1,8	7,1	9,9	111	9,06
№93 батон	20	20						
2013э. масло сливочное	10	10						
Каша молочная из овсян. хлопьев "Геркулес", с маслом			200/5	7,5	7,7	26	203	16,46
№266 хлопья "Геркулес"	25	25						
2013э. молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						
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.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный № 108 2013э.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				14	18,8	77,3	534	36,66
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 категории	45	40						
2013э. или филе куриное	25	24						
или филе грудки индейки	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 промышленный	85	85						
картофель - 40%	33	20						
лук репчатый	14	12						
яичный порошок	2,52	2,52						
сухари панировочные	9	9						
масло растительное	2	2						
Капуста тушеная			150	4,6	6,2	14	130	10,49
№423 капуста свежая	198	158						
2013э. морковь-25%	32	24						
томатная паста	1,2	1,2						
лук репчатый	11,9	10						
масло растительное	6	6						
мука пшеничная	1,8	1,8						
сахар	0,3	0,3						
Сок в ассортименте №518 2013э.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013э.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				29	33,7	118,2	892	106,34
ПОЛДНИК								
Сырники из творога запеченные, 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 выпечки	1,5	1,5						
масса готовых сырников(1шт - 50г.)		50						
молоко сгущенное с сахаром		5	5					
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,28
№493 чай	1	1						
2013э. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
Фрукт в ассортименте №112 2013э.			177	0,6	0,6	33,84	144	20,11
ИТОГО				20,2	18,3	87,44	309	37,86
ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ				63,2	70,8	282,94	1735	180,86

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			30/10/15	4,3	9,7	10,7	147	21,07
№93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр твердый	16	15						
Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным			200/5	5,5	5,9	27	183	16,87
№265 крупа кукурузная	25	25						
2013г. молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
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						
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	114	16,12
№516 2013г.	207	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	0,7	0,4	11,3	51	1,93
Хлеб пшеничный № 108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				19,3	25,3	82,7	635	66,06
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов			100	0,4	0,1	1,2	7,3	18,20
№106 огурцы свежие грунтовые	105	100						
2013г. или огурцы свежие парниковые	102	100						
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 с головой	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 кг	146	130						
2004г. или грудка куриная на кости	73	70						
или филе куриное или окорочок	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			180	3,9	5,9	26,7	176	18,97
№429 картофель - 40%	257	154						
2013г. молоко питьевое	29	29						
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.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				39,1	32,8	103,4	866,3	117,04
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.			100	0,2	0,2	21	86	14,89
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО				5,2	5,7	99,3	445	25,79
ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ				63,6	63,8	285,4	1946,3	208,89

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 сыром								
№90 батон	30	30	30/15	6,3	4,1	14,9	122	13,39
2013г. сыр твёрдый	16	15						
Каша ячневая, с маслом сливочным								
№255 крупа ячневая	25	25	200/5	7,6	8,2	20,7	187	16,33
2013г. молоко питьевое	187	187						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком								
№958 чай	1	1	200	2,8	2,5	19,9	113	7,62
2013г. молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013								
			212	0,7	0,7	40	170	24,16
Хлеб пшеничный №108 2013г.								
			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
ИТОГО								
				18,3	16	111,9	665	64,18
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						
Свекольник с мясом, со сметаной								
			250/15/10	7,7	6,3	21	172	31,23
№131 говядина 1 категории	33	24						
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								
			250	15,3	18,4	37,7	378	44,10
№4/8 говядина 1 категории	107	79						
2011г. или говядина к/к	93	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	4	4						
крупа гречневая	48	48						
вода питевая	150	150						
масло сливочное	10	10						
лук репчатый	14	12						
морковь-25%	33	25						
Компот из свежих плодов								
			200	0,2	0	20,6	83	10,17
№507 яблоки свежие	45,6	40						
2013г. или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
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								
				26,2	30,8	123,3	877	111,17
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром.пр-ва в ассортименте №589 2013г.								
			36	6,2	2,8	312	175	4,03
Сок в ассортименте №518 2013г.								
			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО								
				6,7	2,8	346	313	12,14
ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ								
				51,2	49,6	581,2	1855	187,49

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			20/10	1,8	7,1	9,9	111	9,06
№93 батон	20	20						
2013г. масло сливочное	10	10						
Макаронные изделия, запеченные с сыром			200	9,2	8,5	45,8	297	15,12
№296 макаронные изделия	75	75						
2013г. масло сливочное	5	5						
сыр твердый	6,6	6						
масло сливочное для смазки листа	3	3						
Чай с лимоном			200/5	0,1		15,5	62	2,61
№494 чай-заварка	1	1						
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				11,5	15,8	80	509	28,18
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			100/5	13,9	16,3	7,6	233	23,17
№9/7 минтай потрашенный	142	105						
2011г. или горбуша потрашенн	158	105						
или горбуша нераздела	191	105						
или фарш минтая пром	105	105						
лук репчатый	3,5	8						
яичный порошок	5,04	5,04						
мука пшеничная	7	7						
масло растительное дл	3	3						
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	0,6	0	18,7	77	6,53
№512 курага	20	20						
2013г. сахар	6	6						
вода питьевая	211	211						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			70	1,4	0,7	30,8	135	4,87
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				28,1	32,4	121,5	890	97,96
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.			217	0,65	0,35	18,75	162	27,34
ИТОГО				8,75	9,05	47,05	386	35,12
ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ				48,35	57,25	248,55	1785	161,26

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 грунт	24	20						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	18,1	12,8	26,1	292	50,07
№313 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 с саха	10	10						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	7,62
№495 чай	1	1						
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	88,49
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,9	5,1	1,2	54	18,20
№106 огурцы свеж. парник.	98	96						
2013а. или огурцы свеж. грунт.	101	96						
масло растительное	5	5						
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и смет			250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	25,86
№1.78 курица потрашен 1 кате	45	40						
1995а. или филе куриное пром	25	24						
или филе грудки индей	25	24						
или грудка куриной на кос	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 сли			90/5	11,4	15,2	11,2	227	22,97
№412 филе куриное пром пр-	63	60						
2013а. или филе грудки индей	63	60						
или грудка куриная про	88	60						
или фарш куриный про	60	60						
хлеб пшеничный	17	17						
лук репчатый	9,5	8						
яичный порошок	1,82	1,82						
молоко питьевое	18	18						
мука пшеничная	5,5	5,5						
масло растительное для смазки ли	2	2						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный с кукурузой			150	3,8	7,3	20,8	164	22,03
№415 крупа рисовая	45	45						
2013а. масло сливочное	8	8						
кукуруза консервирован	58	35						
Сок в ассортименте №518 2013а.			200	0,5	0,5	30,5	129	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013а.			45	0,9	0,5	19,8	87	3,13
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				23,8	35,1	114,6	870	103,52
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	1	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						
Молоко питьевое кипяченое			200	7,7	6,4	10,7	131	12,27
№515 2013а.			200					
Фрукт в ассортименте №112 2013а.			130	0,4	0,4	14,4	63	25,25
ИТОГО				14,1	15,7	52,6	408	47,31
ИТОГ ЗА 14 ДЕНЬ				70,9	77,3	235,5	1920	239,32

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			20/10	1,8	7,1	9,9	111	9,06
№93 батон	20	20						
2013а. масло сливочное	10	10						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			200/5	6,6	7,4	23,7	188	16,56
№267 крупа пшено	25	25						
2013а. молоко питьевое	185	185						
сахар	3	3						
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 питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013а.			200	1,3	0,7	37,5	162	38,85
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				13,8	18,4	103,4	635	75,83
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	17,5	17,5						
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			100/5	17,5	13,9	3,1	208	33,34
№310 горбуша или кета пртра	170	119						
1996а. или горбуша или кета н	205	119						
или минтай потрашене о	153	113						
сухари панировачные	4	4						
масло растительное	6	6						
масло сливочное	5	5						
Картофельное пюре			180	3,9	5,9	26,7	176	18,97
№429 картофель-40%	257	154						
2013а. молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте №518 2013а.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013а.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				31,3	31,6	117,9	883	101,89
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №590 2013а.			24	9,3	9,6	16,8	221	2,79
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,28
№493 чай	1	1						
2013а. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
ИТОГО				9,4	9,6	29,4	272	4,07
ИТОГ ЗА 15 ДЕНЬ				54,5	59,6	250,7	1790	181,79

Повар-бригадир _____

**Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приёмы пищи
для детей 7-11 лет**

Суточная потребность СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)	Завтрак, ккал		Обед, ккал		Полдник, ккал		Итого, ккал	
п.8.1.2.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 увеличение на 10% 2585 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
	646		905		388		1939	
1 день	619	24	841	33	400	15	1860	72
2 день	536	21	868	34	420	16	1824	71
3 день	680	26	942	36	369,4	14	1991,4	76
4 день	665	26	816	32	392	15	1873	73
5 день	640	25	897	35	406	16	1943	76
ИТОГО в среднем за неделю	3140	24	4364	34	1987,4	15	9491,4	73
6 день	659	26	901	35	322	12	1882	73
7 день	619	24	906	35	389	15	1914	74
8 день	620	24	936	36	438	17	1994	77
9 день	658	26	864	33	346,4	14	1868,4	73
10 день	534	21	892	35	309	12	1735	68
ИТОГО в среднем за неделю	3090	24	4499	35	1804,4	14	9393,4	73
11 день	635	25	866,3	34	445	17	1946,3	76
12 день	665	26	877	34	313	12	1855	72
13 день	509	20	890	34	386	15	1785	69
14 день	642	25	870	34	408	16	1920	75
15 день	635	25	883	34	272	11	1790	70
ИТОГО в среднем за неделю	3086	24	4386,3	34	1824	14	9296,3	72
Итого в среднем за день	621	24	883	34	370	14	1874	72

Накопительная 7-11 лет три приёма пищи (завтрак, обед, полдник) 15-тидневное меню для питания детей в лаг

№	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	64	50	70	60	60	50	90	70	60	60	70	80	70
2	Хлеб пшеничный	143	118	210	123	100	134	120	100	226	110	99	124	136
3	Мука пшеничная	15	0	56	14	0	0	2	10	22	4	5,1	2	0
4	Крупы, бобовые	36	70	41	0	73	24	20	39	10	58	36	34	73
5	Макаронные изделия	14	0	0	64	0	0	12	64	0	0	0	0	0
6	Картофель	112	75	250	35	138	169	75	50	182	112	72	229	43
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая солёные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	196	161	161	174	146	188	419	175	151	119	331	128	218
8	Фрукты свежие	148	150	174	173	200	150	202	193	123	194	177	100	252
9	Сухофрукты	12,5	0	25	25	20	0	0	25	0	45	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	53	76	106	129		25	83	108	25	25	85	104	25
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)	9	0	0	0	0	0	0	0	0	134	0	0	0
13	Птица (цыплята-бройлеры потрошёные - 1 кат)	30	24	0,0	0,0	134	0,0	24	0,0	0,0	0,0	24	130	0,0
14	Рыба (филе), в т.ч. слабо или малосолёное	44	0	0	0	100	119	0	0	84	0	0	126	0,0
15	Молоко	255	287	290	100	375	321	390	246	143	275	282	316	287
16	Кисломолочная пищевая продукция	105	200	0	200	200	200	0	200	200	200	0	200	0
17	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	43	0	0	143	0	0	0	0	143	0	45	0	0
18	Сыр	10	0	15	15	0	15	15	0	15	0	0	15	15
19	Сметана	9	5	0	29	0	5	0	10	26	23	12	0	10
20	Масло сливочное	26	28	34	12	18	33	11	33	17	16	23	28	21
21	Масло растительное	10,5	7	13	14	13	11	15	11	8	9	13	4	9
22	Яйцо, шт.	34	9	1,6	17	5	0	0	4	19	0	11	0	18
23	Сахар	28	35	35	26	26	14	33	33	28	26	38	28	34
24	Кондитерские изделия	10	36	0	0	36	12	36	24	0	12	0	0	0
25	Чай	0,9	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1
26	Какао-порошок	1	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	0,17	0	1,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29	Крахмал	2,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
30	Соль пищевая поваренная йодированная	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
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

ере 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							
50	70	70																	980	65,3	102	3,2013	0,65	30,12	139
140	188	118																	2046	136,4	95	10,776	1,91	49,24	257
10	66	19																	209	14,0	93	1,44	0,18	9,61	46
6	45	25																	554	36,9	103	2,77	0,22	28,51	127
75	0	0																	215	14,3	102	1,00	0,14	11,24	50
157	25	154																	1766	117,7	105	2,35	0,47	19,19	90
190	200	130																	2892	192,8	98	0,77	0,00	7,90	35
217	130	200																	2635	175,7	119	0,07	0,00	28,46	114
20	0	0																	185	12,3	99	0,27	0,00	6,67	28
0	200	200																	2400	160,0	95	0,64	0,00	23,84	98
25	0	0																	816	54,4	103	7,78	8,00	0,00	103
0	0	0																	134	8,9	99				0
0,0	100	24																	460,0	30,7	102,2	4,39	5,12	0,00	63,6
105	0,0	119																	653,0	43,5	98,9	6,2	2,0	0,0	43,3
0	336	314																	3962	264,1	104	7,40	3,96	12,41	115
0	0	0																	1600	106,7	102	1,92	1,60	5,01	42
0	143	0																	474	31,6	73	3,48	1,42	0,25	28
5	25	0																	135	9,0	90	1,71	1,80	0,00	23
0	11	0																	131	8,8	97	0,23	0,88	0,24	10
34	32	33																	373	24,9	96	0,20	18,02	0,00	163
8	7,5	11																	154	10,3	98	0,00	10,24	0,00	92
0	18	5																	107	7,1	21	0,91	0,82	0,05	11
33	30	25																	443	29,5	105	0,00	0,03	29,48	118
0	0	0																	156	10,4	104	0,26	0,22	9,34	40
2	1	1																	13	0,9	100	0,17	0,00	0,03	1
0	0	0																	15	1,0	100	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	98	0,01	0,00	0,08	0
0	0	0																	0	0,0	0	0,00	0,00	0,00	0
2,5	2,5	2,5																	38	2,5	100	0,00	0,00	1,99	8
1,7	1,7	1,7																	26	1,7	100				0
																						58	58	275	1852
																						1,0	1,0	4,7	

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

