*Приложение №1.1 к заданию на оказание услуг*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | | **МЕНЮ ТРЕХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | **1 день** | | |  | | |  | | |  |  | |  | |  | | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | **Кк** | | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | **Макароны, запеченные с сыром** | 200 | | |  | |  | | | 7 | | 7,8 | | 38,4 | | 272 | | | 0,56 |
| №248(2) | Макароны |  | | | 69,4 | | 69,4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| с.436 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 17,8 | | 16 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| 379 | **Кофейный напиток на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 6,56 | | 1,34 | | 26 | | 125 | | | 7,36 |
| с.252 | Кофейный напиток |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Титов | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 115 | | 115 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №261 | **Яйцо вареное** |  | | | 40 | | 40 | | | 5,08 | | 4,6 | | 0,28 | | 62,8 | | | 0 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | 36 | | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **21** | | **31,055** | | **81,45** | | **698,32** | | | **7,92** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №70 | **Огурец свежий** | 60 | | |  | |  | | | 0,48 | | 0,12 | | 1,56 | | 8,4 | | |  |
| с.183 | Огурец свежий |  | | | 75 | | 60 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №101 | **Щи из свежей капусты на б/м с мелкошинкованными овощами** | 200 | | |  | |  | | | 4,24 | | 3,85 | | 7 | | 78,3 | | | 0 |
| с.230 | Капуста белокочанная |  | | | 50 | | 40 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Титов | Картофель |  | | | 28 | | 20 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Морковь |  | | | 12,6 | | 10 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 4,8 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | или помидоры свежие |  | | | 11,6 | | 10 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 130 | | 130 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №289 | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| с.37т.2 | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №311(3) | **Котлета мясные рубленные школьные** | 75 | | |  | |  | | | 9,75 | | 9,75 | | 9 | | 167,25 | | | 0 |
| Титов | Говядина с/м |  | | | 30,45 | | 30 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| стр72 | Батон нарезной |  | | | 11,25 | | 11,25 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Том 2 | Лук репчатый |  | | | 9 | | 7,5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| рецеп.3 | Вода питьевая |  | | | 0,97 | | 0,75 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Свинина с/м |  | | | 23,17 | | 22,5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Чеснок |  | | | 0,97 | | 0,75 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №360(3) | **Картофель отварной** | 150 | | |  | |  | | | 6,15 | | 5,55 | | 18 | | 147 | | | 0 |
| с.149 | Картофель |  | | | 199,9 | | 150 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №412(1) | **Компот из сухофруктов** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 26,6 | | 110 | | | 0 |
| с.230 | Сухофрукты |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Титов | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 200 | | 200 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 15 | | 75 | | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 3,75 | | 1,5 | | 25 | | 130 | | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **27,770** | | **21,480** | | **102,160** | | **715,950** | | | **-** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №458 | **Фрукты свежие (яблоко)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | **0,4** | | **0,4** | | **9,8** | | **44** | | | **60** |
| с.280 |  |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №439 | **Кефир 3,2 % жирности** | 200 | | | 208 | | 200 | | | 5,8 | | 6,4 | | 8 | | 112 | | | 0 |
| с.258 |  |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №509 | **Крекеры** | 20 | | | 20 | |  | | | 1,84 | | 2,82 | | 23,19 | | 83,4 | | | 0 |
|  | **Соль** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Итого по приему пищи |  | | |  | |  | | | **8,04** | | **9,62** | | **40,99** | | **239,4** | | | **60** |
|  | **Итого за 1 день** |  | | |  | |  | | | 57,13 | | 62,16 | | 224,60 | | 1 653,67 | | | 67,92 |
|  |  | **2 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** |  | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | **Кк** | | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** | **1** | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | **Каша вязкая на молоке**  **(овсяная)** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | 186 | | | 1,2 |
| №221 | Крупа овсяная |  | | | 44,4 | | 44,4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| с.398 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 98,4 | | 98,4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 65,6 | | 65,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №434 | **Какао с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 4 | | 4 | | 16 | | 116 | | | 0 |
| С.253 | Какао-порошок |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Титов | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 110 | | 110 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №4 | **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | 222 | | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | 36 | | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **16,879** | | **24,595** | | **65,55** | | **560** | | | **1,2** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | **Салат из отварной свеклы с маслом растительным** | 100 | | |  | |  | | | 1,7 | | 6,8 | | 8,9 | | 104 | | | 3,84 |
| №56(1) | Свекла |  | | | 113 | | 88 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 13 | | 13 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №104(2) | **Рассольник ленинградский** | 200 | | |  | |  | | | 4,44 | | 5,25 | | 10,2 | | 106,3 | | | 9,39 |
|  | Картофель |  | | | 80 | | 60 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Крупа рисовая или перловая или овсяная |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 4,8 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Огурец соленый |  | | | 13,4 | | 12 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 130 | | 130 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №299 | **Суфле из кур** | 75/20,5 | | |  | |  | | | 10,6 | | 16,09 | | 1,9 | | 195 | | | 0,69 |
| с.238 | Курица |  | | | 197 | | 52 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | или филе птицы |  | | | 52 | | 52 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| Тутильян | Яйцо |  | | | 13,6 | | 13,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное |  | | | 6,8 | | 6,8 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Соус молочный |  | | | 20,5 | | 20,5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 15,37 | | 15,37 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 2,6 | | 2,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2,6 | | 2,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №353  (2) | **Каша гречневая рассыпчатая** | 150 | | |  | |  | | | 8,55 | | 5,55 | | 41,4 | | 249 | | | 0 |
|  | Крупа гречневая |  | | | 60,75 | | 60,75 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №407 | **Сок яблочный** | 200 | | | 200 | |  | | | 0,14 | | 0,06 | | 21,78 | | 69,44 | | | 40 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **50** | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | 90 | | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | **50** | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | 97,5 | | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **32,33** | | **34,96** | | **85,58** | | **911,24** | | | **53,92** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №492 | **Булочка "Творожная"** | 50 | | |  | |  | | | 6,65 | | 1,8 | | 26,2 | | 147,5 | | | 0,13 |
| с.343 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 8,6 | | 8,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Дрожжи |  | | | 0,0003 | | 0,0003 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Ванилин |  | | | 0,006 | | 0,006 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Яйцо |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 30,9 | | 30,9 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сахар |  | | | 4,2 | | 4,2 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Творог 9% жирности |  | | | 13,25 | | 13,25 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №418  (2) | **Кисель из плодов или ягод** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 18,6 | | 76 | | | 0,6 |
|  | Ягоды с/м |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Крахмал картофельный |  | | | 9 | | 9 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №458 | **Бананы 1 шт** | 150 | | | 150 | | 100 | | | 1,5 | | 0,5 | | 21 | | 95 | | | 10 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **8,35** | | **2,5** | | **65,8** | | **318,5** | | | **10,73** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | **Итого за 2 день** |  | | |  | |  | | | **57,559** | | **62,055** | | **216,93** | | **1789,74** | | | **65,85** |
|  |  | **3 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | **Кк** | | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  |
| №268 | **Запеканка творожная с морковью с соусом мол 120/30** | 120 | | |  | |  | | | 13,56 | | 11,8 | | 18,24 | | 240 | | | 0,251 |
| с.463 | Творог 9% жирности |  | | | 67,2 | | 66 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Крупа манная |  | | | 7,2 | | 7,2 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сахар |  | | | 7,2 | | 7,2 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Яйцо |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 21,6 | | 21,6 | | |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | Морковь |  | | | 30 | | 22 | | |  | | Морковь отварная припущенная 22 гр | | | | | | | |
| №385(3) | **Соус молочный сладкий** | 30 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная, первого сорта |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,075 | | 0,075 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2,4 | | 2,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №432 | **Чай с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 1,6 | | 1,6 | | 12,4 | | | 70 | | 7,36 |
| с.251 | Чай чёрный |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 50 | | 50 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 150 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | | 202,52 | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное72 % жирности (порциями) |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **17,839** | | **30,715** | | **47,41** | | | **548,52** | | **7,611** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №71 | **Помидоры свежие** | 60 | | |  | |  | | | 0,66 | | 0,12 | | 2,35 | | | 14,4 | | 16,8 |
| с.184 | Помидоры (томаты) |  | | | 70,8 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №94 | **Борщ с мелкошинкованными овощами на бульоне мясном** | 200 | | |  | |  | | | 3,8 | | 6,05 | | 6,8 | | | 96,3 | | 3,66 |
| с.219 | Свекла |  | | | 40 | | 32 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Капуста |  | | | 28 | | 22 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 4,8 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 0,8 | | 0,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая или бульон мясной |  | | | 180 | | 180 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,2 | | 0,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №276 | **Рыба (филе) с гарниром, запеченная под соусом сметанным** | 225 | | |  | |  | | | 14,85 | | 8,1 | | 22,27 | | | 254,25 | | 0,5 |
| с.10 | Филе минтая |  | | | 72 | | 68,6 | | |  | |  | | | | | | | |
| №387 | Соус сметанный |  | | | 74,25 | | 74,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 74 | | 74 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3,7 | | 3,7 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная первого сорта |  | | | 3,7 | | 3,7 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| № 362(3) | Картофель |  | | | 112,8 | | 112,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Компот из свежих яблок** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 17,8 | | | 74 | | 3,24 |
| №409(2) | Яблоки |  | | | 45,4 | | 40 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.226 | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 180 | | 180 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **26,41** | | **15,68** | | **50,62** | | | **626,45** | | **24,2** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Фрукты свежие (груша)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | 0,4 | | 0,3 | | 10,3 | | | 46 | | 60 |
| №439 | **Ряженка 3,2 % жирности** |  | | | 206 | | 200 | | | 5,6 | | 8 | | 8,4 | | | 128 | |  |
| №508 | **Вафли** | 20 | | | 20 | |  | | | 1,7 | | 6,4 | | 11,6 | | | 106 | |  |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | | 0,2 | |  | | | **7,7** | | **14,7** | | **30,3** | | | **280** | |  |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 3 день** |  | | |  | |  | | | **51,949** | | **61,095** | | **128,33** | | | **1454,97** | | **31,811** |
|  |  | **4 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Каша пшенная на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | | 186 | | 1,2 |
| №221 | Крупа пшено |  | | | 50 | | 50 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.398 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 96 | | 96 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 64 | | 64 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Какао с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 4 | | 4 | | 16 | | | 116 | | 0,78 |
| №434 | Какао-порошок |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| С.253 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 110 | | 110 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №4 | **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | | 222 | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **16,879** | | **24,595** | | **65,55** | | | **560** | | **1,98** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат из белокочанной капусты** | **100** | | |  | |  | | | 1,5 | | 10,1 | | 7,6 | | | 127 | | 0 |
| №45(3) | Капуста |  | | | 156,1 | | 125 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.99 | Морковь |  | | | 12,5 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Тутильян | Кислота лимонная |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №114(2) | **Суп картофельный с крупой** | **200** | | |  | |  | | | 4 | | 3,6 | | 16,4 | | | 113,4 | | 12,87 |
| с.249 | Картофель |  | | | 80 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Крупа рисовая |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 140 | | 140 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Курица |  | | | 19 | | 14 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №344(3) | **Птица, тушенная в соусе с овощами** | **225** | | |  | |  | | | 16,2 | | 10,57 | | 19,35 | | | 252 | | 12,24 |
| с.127 | Курица тушка |  | | | 75,15 | | 67,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6,8 | | 6,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Картофель |  | | | 112 | | 84,5 | | |  | | *Масса отварного картофеля 82гр.* | | | | | | | |
|  | Лук репчатый |  | | | 24,5 | | 20,9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 43,8 | | 35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Горошек зеленый |  | | | 9,5 | | 6,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода питьевая |  | | | 44 | | 44 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соус красный основной |  | | | 78,75 | | 78,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,48 | | 1,48 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №377 | Мука пшеничная первого сорта |  | | | 3,9 | | 3,9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 7,8 | | 7,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 7,8 | | 6,24 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 1,87 | | 1,56 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 1,17 | | 1,17 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лист лавровый |  | | | 0,008 | | 0,008 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,11 | | 0,11 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №412(1) | **Компот из сухофруктов** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 26,6 | | | 110 | | 0 |
| с.230 | Сухофрукты |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 200 | | 200 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **29,2** | | **25,68** | | **71,35** | | | **789,9** | | **25,11** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №407 | **Сок персиковый** | 200 | | | 0,2 | |  | | | 1 | | 0 | | 31,75 | | | 105,34 | | 8 |
|  |  |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №492 | **Булочка "Янтарная"** | 80 | | |  | |  | | | 8,24 | | 3,36 | | 40,64 | | | 225,6 | | 0,13 |
| с.343 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 13,76 | | 13,76 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Дрожжи |  | | | 22,24 | | 22,24 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Ванилин |  | | | 0,015 | | 0,015 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 3,84 | | 3,84 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 5,36 | | 5,36 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Пшеничная мука |  | | | 46,96 | | 46,96 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь отварная |  | | | 25,28 | | 25,28 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Творог 9% жирности |  | | | 13,6 | | 13,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **9,24** | | **3,36** | | **72,39** | | | **330,94** | | **8,13** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 4 день** |  | | |  | |  | | | **55,319** | | **53,635** | | **209,29** | | | **1680,84** | | **35,22** |
|  |  | **5 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Каша вязкая на молоке (гречневая)** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | | 186 | | 1,2 |
| №221 | Крупа гречневая |  | | | 50 | | 50 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.398 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 64 | | 64 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Кофейный напиток на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 2,8 | | 3,2 | | 14,8 | | | 100 | | 7,36 |
| №433 | Кофейный напиток |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.252 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 115 | | 115 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | | 202,52 | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **9,779** | | **26,515** | | **59,27** | | | **524,52** | | **8,56** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат зеленый с огурцами** | 60 | | |  | |  | | | 0,6 | | 8,76 | | 1,02 | | | 85,2 | | 8 |
| №34 | Салат китайский или капуста |  | | | 38,4 | | 27,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.144 | Огурец свежий |  | | | 33,78 | | 27 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Масло подсолнечное |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №95(3) | **Щи из свежей капусты** | 200 | | |  | |  | | | 4 | | 4,85 | | 5 | | | 78,3 | | 16,8 |
| с.95 | Капуста |  | | | 80 | | 64 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 1,2 | | 1,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 160 | | 160 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №311(3) | **Биточки мясные рубленные школьные** | 75 | | |  | |  | | | 9,75 | | 9,75 | | 9 | | | 167,25 | | 0 |
| Титов | Говядина с/м |  | | | 30,45 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| стр72 | Батон нарезной |  | | | 11,25 | | 11,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Том 2 | Лук репчатый |  | | | 9 | | 7,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| рецеп.3 | Вода питьевая |  | | | 0,97 | | 0,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Свинина с/м |  | | | 23,17 | | 22,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Чеснок |  | | | 0,97 | | 0,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №360(3) | **Картофель отварной** | 150 | | |  | |  | | | 6,15 | | 5,55 | | 18 | | | 147 | | 0 |
| с.149 | Картофель |  | | | 199,9 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №407 | **Сок мультифруктовый** | 200 | | | 200 | |  | | | 1,35 | | 0,3 | | 102,48 | | | 105,34 | | 8 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **28,75** | | **30,42** | | **136,9** | | | **770,59** | | **32,8** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №509 | **Крекеры** | 20 | | | 20 | |  | | | 1,84 | | 2,82 | | 23,19 | | | 83,4 | | 0 |
| №439 | **Кефир 3,2 % жирности** | 200 | | | 200 | |  | | | 5,8 | | 6,4 | | 8 | | | 112 | | 0 |
| №458 | **Фрукты свежие (яблоко)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | | 9,8 | | | 44 | | 60 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **8,04** | | **9,62** | | **40,99** | | | **239,4** | | **60** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 5 день** |  | | |  | |  | | | **46,569** | | **66,555** | | **237,16** | | | **1534,51** | | **101,36** |
|  |  | **6 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Каша вязкая на молоке (манная)** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | | 186 | | 1,2 |
| №221 | Крупа манная |  | | | 44,4 | | 44,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.398 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 98,4 | | 98,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 65,6 | | 65,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №376 | **Чай с сахаром** | 200 | | |  | |  | | | 0,53 | | 0 | | 9,47 | | | 40 | | 0,78 |
| Могильный | Чай чёрный |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Тутильян | Вода питьевая |  | | | 216 | | 216 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №4 | **Бутерброд с маслом и сыром** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | | 222 | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **13,409** | | **20,595** | | **59,02** | | | **484** | | **1,98** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №52(1) | **Салат из моркови с маслом растительным** | 100 | | |  | |  | | | 1,2 | | 6,8 | | 6,4 | | | 92 | | 0,08 |
| с.164 | Морковь |  | | | 118 | | 94 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 7 | | 7 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №116(2) | **Суп картофельный макаронными изделиями** | 200 | | |  | |  | | | 4,2 | | 3,4 | | 16,6 | | | 113,4 | | 16,8 |
|  | Макаронные изделия |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.253 | Картофель |  | | | 75 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 150 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Курица |  | | | 19 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №274 | **Рыба, тушенная в томате с овощами** | 75/50 | | |  | |  | | | 0,75 | | 6,8 | | 6,81 | | | 90,9 | | 6,48 |
| с.6 | Рыба филе с/м |  | | | 96,96 | | 92,4 | | |  | | *Масса готовой рыбы75 гр.* | | | | | | | |
|  | Морковь |  | | | 22,5 | | 18 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Петрушка |  | | | 0,6 | | 0,45 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,5 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №360(3) | **Картофель отварной** | 150 | | |  | |  | | | 6,15 | | 5,55 | | 18 | | | 147 | | 0 |
| с.149 | Картофель |  | | | 199,9 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №407 | **Сок яблочный** | 200 | | | 200 | |  | | | 0,72 | | 0 | | 25,25 | | | 85,34 | | 4 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **19,92** | | **23,76** | | **74,46** | | | **716,14** | | **27,36** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №418(2) | **Кисель из плодов или ягод** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 18,6 | | | 76 | | 0,6 |
|  | Ягоды с/м |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Крахмал картофельный |  | | | 9 | | 9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №510 | **Пряники** | 30 | | | 30 | |  | | | 1,4 | | 1,78 | | 25,61 | | | 111,9 | | 0,003 |
| №458 | **Бананы 1 шт** | 150 | | | 150 | | 100 | | | 1,5 | | 0,5 | | 21 | | | 95 | | 10 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **3,1** | | **2,48** | | **65,21** | | | **282,9** | | **10,603** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 6 день** |  | | |  | |  | | | **36,429** | | **46,835** | | **198,69** | | | **1483,04** | | **39,943** |
|  |  | **7 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №268 | **Запеканка творожная с морковью, с соусом мол120/30** | 120 | | |  | |  | | | 13,56 | | 11,8 | | 18,24 | | | 240 | | 0,251 |
| с.463 | Творог 9% жирности |  | | | 67,2 | | 66 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Крупа манная |  | | | 7,2 | | 7,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 7,2 | | 7,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 21,6 | | 21,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 30 | | 22 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №385(3) | **Соус молочный сладкий** | 30 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная первого сорта |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,075 | | 0,075 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2,4 | | 2,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Кофейный напиток на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 2,8 | | 3,2 | | 14,8 | | | 100 | | 7,36 |
| №433 | Кофейный напиток |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.252 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 115 | | 115 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | | 202,52 | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №261 | **Яйцо вареное** |  | | | 40 | | 40 | | | 5,08 | | 4,6 | | 0,28 | | | 62,8 | | 0 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **24,119** | | **36,915** | | **50,09** | | | **641,32** | | **7,611** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат из свежих помидоров** | 60 | | |  | |  | | | 0,96 | | 7,68 | | 2,82 | | | 84 | | 0 |
| №37(2) | Помидоры (томаты) |  | | | 37,08 | | 36 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Лук репчатый |  | | | 14 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло подсолнечное |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №82 | **Борщ** | 200 | | |  | |  | | | 4,04 | | 4,85 | | 8,6 | | | 94,3 | | 3,66 |
| с.202 | Свекла |  | | | 40 | | 32 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Капуста |  | | | 30 | | 24 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая или бульон мясной |  | | | 160 | | 160 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,2 | | 0,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №299 | **Гуляш из отварного мяса** | 125 | | |  | |  | | | 10 | | 19 | | 4,12 | | | 228,75 | | 0,5 |
| с.52 | Свинина с/м |  | | | 77,37 | | 75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Масло растительное |  | | | 6,25 | | 6,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| 2006г. | Лук репчатый |  | | | 7,5 | | 6,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 76,25 | | 76,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Петрушка |  | | | 4,2 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №362(3) | **Пюре картофельное** | 150 | | |  | |  | | | 5,85 | | 4,65 | | 14,1 | | | 121,5 | | 21,88 |
| с.151 | Картофель |  | | | 171 | | 128,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 22,5 | | 22,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №412(1) | **Компот из сухофруктов** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 26,6 | | | 110 | | 0 |
| с.230 | Сухофрукты |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 200 | | 200 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **28,35** | | **37,59** | | **57,64** | | | **826,05** | | **26,04** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Фрукты свежие (груша)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | 0,4 | | 0,3 | | 10,3 | | | 46 | | 60 |
| с.280 |  |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №439 | **Ряженка 3,2 % жирности** | 200 | | | 200 | | 200 | | | 5,6 | | 8 | | 8,4 | | | 128 | | 0,6 |
| №508 | **Вафли** | 20 | | | 20 | |  | | | 0,37 | | 0,42 | | 25,04 | | | 53,13 | |  |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **6,37** | | **8,72** | | **43,74** | | | **227,13** | | **60,6** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 7 день** |  | | |  | |  | | | **58,839** | | **83,225** | | **151,47** | | | **1694,5** | | **94,251** |
|  |  | **8 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Макароны, запеченные с сыром** | 200 | | |  | |  | | | 7 | | 7,8 | | 38,4 | | | 272 | | 0,56 |
| №248 | Макароны |  | | | 69,4 | | 69,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.436 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 17,8 | | 16 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Какао с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 4 | | 4 | | 16 | | | 116 | | 0,78 |
| №434 | Какао-порошок |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| С.253 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 110 | | 110 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №4 | **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | | 222 | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **19,579** | | **26,395** | | **76,25** | | | **646** | | **1,34** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат из отварной свеклы с маслом растительным** | 100 | | |  | |  | | | 1,7 | | 6,8 | | 8,9 | | | 104 | | 3,84 |
| №56(1) | Свекла |  | | | 113 | | 88 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 13 | | 13 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №115(1) | **Суп картофельный с бобовыми** | 200 | | |  | |  | | | 7,2 | | 4,85 | | 17,2 | | | 140,3 | | 28,14 |
| с.251 | Горох |  | | | 16,2 | | 16 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Картофель |  | | | 66,66 | | 50 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 130 | | 130 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №283(2) | **Котлеты рыбные школьные** | 75 | | |  | |  | | | 8,17 | | 2,77 | | 9 | | | 92,25 | | 0,012 |
| Титов | Филе минтая с/м |  | | | 47,25 | | 45 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| стр24 | Крупа манная |  | | | 7,5 | | 7,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 18,75 | | 18,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 7,5 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сухари панировочные |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №360(3) | **Картофель отварной** | 150 | | |  | |  | | | 6,15 | | 5,55 | | 18 | | | 147 | | 0 |
| с.149 | Картофель |  | | | 199,9 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №409(2) | **Компот из плодов свежих груш** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 17,6 | | | 74 | | 4 |
|  | Груши |  | | | 44,4 | | 40 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 100 | | | 100 | |  | | | 5,61 | | 1,02 | | 1,5 | | | 181 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **33,13** | | **21,89** | | **72,85** | | | **836,05** | | **35,992** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №492 | **Булочка "Творожная"** | 80 | | |  | |  | | | 10,64 | | 2,88 | | 41,92 | | | 235,2 | | 0,13 |
| с.343 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 13,76 | | 13,76 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Дрожжи |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Ванилин |  | | | 0,048 | | 0,048 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 1,6 | | 1,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 1,6 | | 1,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 49,44 | | 49,44 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6,72 | | 6,72 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Творог 9% жирности |  | | | 21,2 | | 21,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №407 | **Сок персиковый** | 200 | | | 0,2 | |  | | | 0,8 | | 0 | | 31,75 | | | 105,34 | | 8 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **11,44** | | **2,88** | | **73,67** | | | **340,54** | | **8,13** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 8 день** |  | | |  | |  | | | **64,149** | | **51,165** | | **222,77** | | | **1822,59** | | **45,462** |
|  |  | **9 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Каша пшенная на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | | 186 | | 1,2 |
| №221 | Крупа пшено |  | | | 50 | | 50 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.398 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 65 | | 65 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №432 | **Чай с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 1,6 | | 1,6 | | 12,4 | | | 70 | | 7,36 |
| с.251 | Чай чёрный |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 50 | | 50 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 150 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №261 | **Яйцо вареное** |  | | | 40 | | 40 | | | 5,08 | | 4,6 | | 0,28 | | | 62,8 | | 0 |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | | 202,52 | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **13,659** | | **29,515** | | **57,15** | | | **557,32** | | **8,56** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат из белокочанной капусты** | 100 | | |  | |  | | | 1,5 | | 10,1 | | 7,6 | | | 127 | | 0 |
| №45(3) | Капуста |  | | | 156,1 | | 125 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.99 | Морковь |  | | | 12,5 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Тутильян | Кислота лимонная |  | | | 0,3 | | 0,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №116(2) | **Суп картофельный макаронными изделиями** | 200 | | |  | |  | | | 4,2 | | 3,4 | | 16,6 | | | 113,4 | | 16,8 |
|  | Макаронные изделия |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.253 | Картофель |  | | | 75 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 150 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Курица |  | | | 19 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| № 302 | **Печень по-строгановски** | 100 | | |  | |  | | | 15,7 | | 8,4 | | 5,1 | | | 150 | | 0 |
| Титов | Печень с/м |  | | | 89 | | 74 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №387 | Соус молочный | 25 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,25 | | 1,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная первого сорта |  | | | 1,25 | | 1,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №359 | **Макароны отварные** | 150 | | |  | |  | | | 5,1 | | 3,7 | | 24 | | | 150 | | 0 |
| рецеп3 | Макаронные изделия |  | | | 51 | | 51 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.148 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №408 | **Напиток из плодов шиповник** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0 | | 10,7 | | | 83,68 | | 4 |
|  | Плоды шиповника |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **34** | | **26,81** | | **65,4** | | | **811,58** | | **20,8** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Фрукты свежие (яблоко)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | | 9,8 | | | 44 | | 60 |
| №439 | **Кефир 3,2 % жирности** | 200 | | | 208 | | 200 | | | 5,8 | | 6,4 | | 8 | | | 112 | | 0 |
| с.258 |  |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №509 | **Крекеры** | 20 | | | 20 | |  | | | 1,84 | | 2,82 | | 23,19 | | | 83,4 | | 0 |
| с.370 | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **8,04** | | **9,62** | | **40,99** | | | **239,4** | | **60** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 9 день** |  | | |  | |  | | | **55,699** | | **65,945** | | **163,54** | | | **1608,3** | | **89,36** |
|  |  | **10 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №133(3) | **Суп молочный с макаронными изделиями** | 200 | | |  | |  | | | 4,8 | | 4,2 | | 17,2 | | | 126 | | 0,9 |
| с.273 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода |  | | | 82 | | 82 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лапша или вермишель или фигурные изделия |  | | | 16 | | 16 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,6 | | 1,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 1,2 | | 1,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Какао с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 4 | | 4 | | 16 | | | 116 | | 0,78 |
| №434 | Какао-порошок |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| С.253 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 110 | | 110 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №4 | **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | | 222 | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **16,3** | | **22,6** | | **48,8** | | | **464** | | **1,68** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №52(1) | **Салат из моркови с маслом растительным** | 60 | | |  | |  | | | 0,72 | | 4,08 | | 5,7 | | | 55,2 | | 0,08 |
| с.164 | Морковь |  | | | 70,8 | | 56,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 4,2 | | 4,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №117(2) | **Суп рыбный с фрикадельками рыбными** | 200 | | |  | |  | | | 6,6 | | 2,4 | | 3,9 | | | 80 | | 8,85 |
| Титов | Картофель |  | | | 106,6 | | 80 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат - пюре |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 140 | | 140 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Фрикадельки** |  | | |  | | 34 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Рыба минтай с/м тушка |  | | | 30 | | 24,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 1,6 | | 1,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 5,6 | | 5,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 6 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 5,6 | | 5,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №349 | **Биточки рубленые из птицы паровые** | 75 | | |  | |  | | | 11 | | 10 | | 6 | | | 161,25 | | 0,3 |
| с.134 | Курица |  | | | 91,8 | | 56,9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Жир внутренний |  | | | 2,3 | | 2,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 13,8 | | 13,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко3,2% жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,5 | | 1,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №386 | **Соус молочный** | 30 | | |  | |  | | | 1,2 | | 3 | | 3,5 | | | 46 | |  |
| Титов | Молоко 3,2%жирности |  | | | 33,3 | | 33,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3,3 | | 3,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 3,3 | | 3,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №353(2) | **Каша гречневая рассыпчатая** | 150 | | |  | |  | | | 8,55 | | 5,55 | | 41,4 | | | 249 | | 0 |
|  | Крупа гречневая |  | | | 60,75 | | 60,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №412(1) | **Компот из сухофруктов** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 26,6 | | | 110 | | 0 |
| с.230 | Сухофрукты |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 200 | | 200 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **35,57** | | **26,44** | | **88,5** | | | **888,95** | | **9,23** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Бананы 1 шт** | 150 | | | 150 | | 100 | | | 1,5 | | 0,5 | | 21 | | | 95 | | 10 |
| №418(2) | **Кисель из плодов или ягод** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 18,6 | | | 76 | | 0,6 |
|  | Ягоды с/м |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Крахмал картофельный |  | | | 9 | | 9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №510 | **Пряники** | 30 | | | 30 | |  | | | 1,4 | | 1,78 | | 25,61 | | | 111,9 | | 0,003 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **5,15** | | **2,1** | | **25,4** | | | **141** | | **0,13** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 10 день** |  | | |  | |  | | | **57,02** | | **51,14** | | **162,7** | | | **1493,95** | | **11,04** |
|  |  | **11 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | | 186 | | 0 |
| №221 | Крупа рисовая |  | | | 22,2 | | 22,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.398 | Крупа пшено |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 98 | | 98 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 64 | | 64 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Кофейный напиток на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 2,8 | | 3,2 | | 14,8 | | | 100 | | 7,36 |
| №433 | Кофейный напиток |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.252 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 115 | | 115 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | | 202,52 | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №261 | **Яйцо вареное** |  | | | 40 | | 40 | | | 5,08 | | 4,6 | | 0,28 | | | 62,8 | | 0 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **14,859** | | **31,115** | | **59,55** | | | **587,32** | | **7,36** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Винегрет овощной** | 100 | | |  | |  | | | 2,6 | | 16,3 | | 11,4 | | | 203 | | 7 |
| № 72(1) | Картофель |  | | | 29 | | 21,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.185 | Свекла |  | | | 19 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Огурцы соленые |  | | | 19 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Горошек зеленый консервированный |  | | | 23 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 18 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №104(2) | **Рассольник ленинградский** | 200 | | |  | |  | | | 4,44 | | 5,25 | | 10,2 | | | 106,3 | | 9,39 |
|  | Картофель |  | | | 80 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Крупа рисовая или перловая или овсяная |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 4,8 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Огурец соленый |  | | | 13,4 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 130 | | 130 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №311(3) | **Шницели мясные рубленные школьные** | 75 | | |  | |  | | | 9,75 | | 9,75 | | 9 | | | 167,25 | | 0 |
| Титов | Говядина с/м |  | | | 30,45 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| стр72 | Батон нарезной |  | | | 11,25 | | 11,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Том 2 | Лук репчатый |  | | | 9 | | 7,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| рецеп.3 | Вода питьевая |  | | | 0,97 | | 0,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Свинина с/м |  | | | 23,17 | | 22,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Чеснок |  | | | 0,97 | | 0,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №170 | **Капуста тушеная** | 150 | | |  | |  | | | 2,7 | | 4,95 | | 6,75 | | | 108 | | 6,12 |
| с.321 | Капуста свежая |  | | | 187,5 | | 150 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло |  | | | 7,5 | | 7,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 7,5 | | 7,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 19,5 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 14,4 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 45 | | 45 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная, первого сорта |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №415 | **Компот из черной смородины** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 16 | | | 64 | | 40 |
| С. 233 | Ягоды с/м |  | | | 62 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода |  | | | 138 | | 138 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **26,99** | | **37,66** | | **54,75** | | | **836,05** | | **62,51** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Фрукты свежие (груша)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | **0,4** | | **0,3** | | **10,3** | | | **46** | | **60** |
| №439 | **Ряженка 3,2 % жирности** | 200 | | | 200 | | 200 | | | 5,6 | | 8 | | 8,4 | | | 128 | | 0,6 |
|  |  |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №492 | **Булочка "Янтарная"** | 50 | | |  | |  | | | 5,15 | | 2,1 | | 25,4 | | | 141 | | 0,13 |
| с.343 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 8,6 | | 8,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Дрожжи |  | | | 1,4 | | 1,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Ванилин |  | | | 0,015 | | 0,015 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 2,4 | | 2,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 3,35 | | 3,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 29,35 | | 29,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь отварная |  | | | 15,8 | | 11 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Творог 9% жирности |  | | | 8,5 | | 8,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **11,15** | | **10,4** | | **44,1** | | | **315** | | **60,73** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 11 день** |  | | |  | |  | | | **52,999** | | **79,175** | | **158,40** | | | **1738,37** | | **130,60** |
|  |  | **12 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №253(2) | **Омлет натуральный, запеченный или сваренный на пару** | 150 | | |  | |  | | | 15 | | 19,5 | | 4,05 | | | 244,5 | | 1,575 |
| с.442 | Яйцо |  | | | 105 | | 105 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 67,5 | | 67,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №376 | **Чай с сахаром** | 200 | | |  | |  | | | 0,53 | | 0 | | 9,47 | | | 40 | | 0,78 |
| Могильный | Чай чёрный |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Тутильян | Вода питьевая |  | | | 216 | | 216 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №4 | **Бутерброд с маслом и сыром** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | | 222 | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **24,109** | | **34,095** | | **35,37** | | | **542,5** | | **2,355** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат зеленый с огурцами** | 60 | | |  | |  | | | 0,6 | | 8,76 | | 1,02 | | | 85,2 | | 6,65 |
| №34/1 | Салат китайский или капуста |  | | | 36,72 | | 26,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.144 | Огурец свежий |  | | | 32,16 | | 25,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Масло подсолнечное |  | | | 8,4 | | 8,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №95(1) | **Щи из свежей капусты** | 200 | | |  | |  | | | 4,64 | | 5,05 | | 6,4 | | | 88,3 | | 16,8 |
| с.95 | Капуста |  | | | 80 | | 64 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Помидоры свежие |  | | | 21,2 | | 18 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 160 | | 160 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №344(3) | **Птица, тушенная в соусе с овощами** | **225** | | |  | |  | | | 16,2 | | 10,57 | | 19,35 | | | 252 | | 12,24 |
| с.127 | Курица тушка |  | | | 75,15 | | 67,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6,8 | | 6,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Картофель |  | | | 112 | | 84,5 | | |  | | *Масса отварного картофеля 82гр.* | | | | | | | |
|  | Лук репчатый |  | | | 24,5 | | 20,9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 43,8 | | 35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Горошек зеленый |  | | | 9,5 | | 6,3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода питьевая |  | | | 44 | | 44 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соус красный основной |  | | | 78,75 | | 78,75 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,48 | | 1,48 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №377 | Мука пшеничная, первого сорта |  | | | 3,9 | | 3,9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 7,8 | | 7,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 7,8 | | 6,24 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 1,87 | | 1,56 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 1,17 | | 1,17 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №412(1) | **Компот из сухофруктов** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 26,6 | | | 110 | | 0 |
| с.230 | Сухофрукты |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 200 | | 200 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 100 | | | 100 | |  | | | 5,61 | | 1,02 | | 1,5 | | | 181 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **31,75** | | **26,3** | | **55,52** | | | **814** | | **35,69** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №407 | **Сок мультифрукт** | 200 | | | 0,2 | |  | | | 0,85 | | 0 | | 31,75 | | | 105,34 | | 8 |
| №508 | **Вафли** | 30 | | | 30 | |  | | | 0,56 | | 0,63 | | 37,9 | | | 80,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **1,41** | | **0,63** | | **69,65** | | | **185,84** | | **8** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за12 день** |  | | |  | |  | | | **57,269** | | **61,025** | | **160,54** | | | **1542,34** | | **46,045** |
|  |  | **13 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №268 | **Запеканка творожная с морковью с соусом мол120/30** | 120 | | |  | |  | | | 13,56 | | 11,8 | | 18,24 | | | 240 | | 0,251 |
| с.463 | Творог 9% жирности |  | | | 67,2 | | 66 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Крупа манная |  | | | 7,2 | | 7,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 7,2 | | 7,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 3,6 | | 3,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко 3,2% жирности |  | | | 21,6 | | 21,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 30 | | 22 | | |  | | Морковь отварная припущенная 22 гр | | | | | | | |
| №385(3) | **Соус молочный сладкий** | 30 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Молоко3,2% жирности |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная, первого сорта |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 15 | | 15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,075 | | 0,075 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2,4 | | 2,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Кофейный напиток на молоке** | 200 | | |  | |  | | | 2,8 | | 3,2 | | 14,8 | | | 100 | | 7,36 |
| №433 | Кофейный напиток |  | | | 8 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.252 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 115 | | 115 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №1 | **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 | | |  | |  | | | 1,6 | | 17,12 | | 10,52 | | | 202,52 | | 0 |
| с.107 | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Батон нарезной |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **19,039** | | **32,315** | | **49,81** | | | **578,52** | | **7,611** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат из отварной свеклы с маслом растительным** | 100 | | |  | |  | | | 1,7 | | 6,8 | | 8,9 | | | 104 | | 3,84 |
| №56(1) | Свекла |  | | | 113 | | 88 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 13 | | 13 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №114(2) | **Суп картофельный с крупой** | **200** | | |  | |  | | | 4 | | 3,6 | | 16,4 | | | 113,4 | | 12,87 |
| с.249 | Картофель |  | | | 80 | | 60 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Крупа рисовая |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,6 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Бульон или вода |  | | | 140 | | 140 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Курица |  | | | 19 | | 14 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №274 | **Рыба, тушенная в томате с овощами** | 75/50 | | |  | |  | | | 0,75 | | 6,8 | | 6,81 | | | 90,9 | | 6,48 |
| с.6 | Рыба филе с/м |  | | | 96,96 | | 92,4 | | |  | | *Масса готовой рыбы75 гр.* | | | | | | | |
|  | Морковь |  | | | 22,5 | | 18 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Петрушка |  | | | 0,6 | | 0,45 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 9,5 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №355(2) | **Рис отварной** | 150 | | |  | |  | | | 3,6 | | 3,75 | | 29 | | | 163,5 | | 0 |
| с.143 | Крупа рисовая |  | | | 54 | | 54 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 50 | | | 50 | |  | | | 2,8 | | 0,51 | | 0,75 | | | 90 | | 0 |
| №409(2) | **Компот из свежих яблок** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 17,8 | | | 74 | | 3,24 |
| с.226 | Яблоко |  | | | 45,4 | | 40 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 146 | | 146 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | | 25 | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **17,15** | | **22,36** | | **80,31** | | | **733,3** | | **26,43** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Фрукты свежие (яблоко)** | 1/2-1 шт | | | 100 | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | | 9,8 | | | 44 | | 60 |
| №418(2) | **Кисель из плодов или ягод** | 200 | | |  | |  | | | 0,2 | | 0,2 | | 18,6 | | | 76 | | 0,6 |
|  | Ягоды с/м |  | | | 20 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Крахмал картофельный |  | | | 9 | | 9 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №509 | **Крекеры** | 20 | | | 20 | |  | | | 1,84 | | 2,82 | | 23,19 | | | 83,4 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **2,44** | | **3,42** | | **51,59** | | | **203,4** | | **60,6** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 13 день** |  | | |  | |  | | | **38,629** | | **58,095** | | **181,71** | | | **1515,22** | | **94,641** |
|  |  | **14 день** | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | | | **брутто** | | **нетто** | | | **б** | | **ж** | | **у** | | | **Кк** | | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Каша вязкая на молоке (рис)** | 200 | | |  | |  | | | 4,3 | | 6 | | 27,7 | | | 186 | | 1,2 |
| №221 | Крупа рисовая |  | | | 44,4 | | 44,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.398 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 98,4 | | 98,4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 65,6 | | 65,6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Какао с молоком** | 200 | | |  | |  | | | 4 | | 4 | | 16 | | | 116 | | 0,78 |
| №434 | Какао-порошок |  | | | 5 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| С.253 | Молоко 3,2% жирности |  | | | 100 | | 100 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Вода питьевая |  | | | 110 | | 110 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №4 | **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 | | |  | |  | | | 7,5 | | 14,4 | | 15,6 | | | 222 | | 0 |
| с.110 | Сыр не менее 45 % жирности |  | | | 21 | | 20 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 10 | | 10 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Батон нарезной |  | | | 30 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №261 | **Яйцо вареное** |  | | | 40 | | 40 | | | 5,08 | | 4,6 | | 0,28 | | | 62,8 | | 0 |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 20 | | | 20 | |  | | | 1,079 | | 0,195 | | 6,25 | | | 36 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **21,959** | | **29,195** | | **65,83** | | | **622,8** | | **1,98** |
|  | **ОБЕД** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Салат Витаминный** | 100 | | |  | |  | | | 3,3 | | 5,8 | | 7,2 | | | 95 | | 1,75 |
| №21(1) | Капуста |  | | | 37,5 | | 30 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.131 | Морковь |  | | | 20 | | 16 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| вариант 2 | Лук зеленый |  | | | 6,3 | | 5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Яблоко |  | | | 27,3 | | 24 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 3 | | 3 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соус салатный |  | | | 18 | | 18 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №82 | **Борщ** | 200 | | |  | |  | | | 4,04 | | 4,85 | | 8,6 | | | 94,3 | | 3,66 |
| с.202 | Свекла |  | | | 40 | | 32 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Капуста белокочанная |  | | | 30 | | 24 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 10 | | 8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Томат-пюре |  | | | 6 | | 6 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сахар |  | | | 2 | | 2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Говядина с/м |  | | | 21,26 | | 16,1 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая или бульон мясной |  | | | 160 | | 160 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,2 | | 0,2 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сметана 10 % жирности |  | | | 4 | | 4 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №332 | **Запеканка картофельная с печенью** | 225 | | |  | |  | | | 20,4 | | 7,6 | | 18,22 | | | 270 | | 10,1 |
| Титов | Печень говяжья или мясо |  | | | 119,7 | | 99 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| с.104 | Картофель |  | | | 252,9 | | 191,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Лук репчатый |  | | | 27 | | 22,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло сливочное 72,5 % жирности |  | | | 4,5 | | 4,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Сухари |  | | | 6,8 | | 6,8 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №412(1) | **Компот из сухофруктов** | 200 | | |  | |  | | | 0,6 | | 0,2 | | 26,6 | | | 110 | | 0 |
| с.230 | Сухофрукты |  | | | 25 | | 25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| Титов | Сахар |  | | | 12 | | 12 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода питьевая |  | | | 200 | | 200 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №481 | Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 100 | | | 100 | |  | | | 5,61 | | 1,02 | | 1,5 | | | 181 | | 0 |
| №481 | Батон нарезной | 50 | | | 50 | |  | | | 4,1 | | 0,7 | | 0,65 | | | 97,5 | | 0 |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **38,05** | | **20,17** | | **62,77** | | | **847,8** | | **15,51** |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
| №458 | **Бананы 1 шт** | 150 | | | 150 | | 100 | | | 1,5 | | 0,5 | | 21 | | | 95 | | 10 |
| №407 | **Сок персиковый** | 200 | | | 0,2 | |  | | | 0,8 | | 0 | | 31,75 | | | 105,34 | | 8 |
| №497 | **Булочка "Космическая"** | 50 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Мука пшеничная хлебопекарная |  | | | 28,85 | | 28,85 | | | 5,1 | | 1,9 | | 24,65 | | | 136 | |  |
|  | Сахар |  | | | 4,15 | | 4,15 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Творог 9 % жирности |  | | | 8,5 | | 8,41 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Морковь протертая |  | | | 7,9 | | 5,5 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Масло растительное |  | | | 2,25 | | 2,25 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Дрожжи |  | | | 1,35 | | 1,35 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Соль |  | | | 0,125 | | 0,125 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Ванилин |  | | | 0,015 | | 0,015 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Яйцо |  | | | 2,66 | | 2,66 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | Вода |  | | | 9,85 | | 9,85 | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого по приёму пищи** |  | | |  | |  | | | **7,4** | | **2,4** | | **77,4** | | | **336,34** | | **18** |
|  | **Соль йодированная** | 3,75 | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  |
|  | **Итого за 14 день** |  | | |  | |  | | | **67,409** | | **51,765** | | **206,00** | | | **1806,94** | | **35,49** |
|  | | | | ***белки*** | | ***жиры*** | | | ***углеводы*** | | | | ***Ккалл*** | | ***С,мг.*** | | |
| **1 день** | | | | 57,13 | | 62,16 | | | 224,60 | | | | 1653,67 | | 67,92 | | |
| **2 день** | | | | 57,56 | | 62,06 | | | 216,93 | | | | 1789,74 | | 65,85 | | |
| **3 день** | | | | 51,95 | | 61,10 | | | 128,33 | | | | 1454,97 | | 31,81 | | |
| **4 день** | | | | 55,32 | | 53,64 | | | 209,29 | | | | 1680,84 | | 35,22 | | |
| **5 день** | | | | 46,57 | | 66,56 | | | 237,16 | | | | 1534,51 | | 101,36 | | |
| **6 день** | | | | 36,43 | | 46,84 | | | 198,69 | | | | 1483,04 | | 39,94 | | |
| **7 день** | | | | 58,84 | | 83,23 | | | 151,47 | | | | 1694,50 | | 94,25 | | |
| **8 день** | | | | 64,15 | | 51,17 | | | 222,77 | | | | 1822,59 | | 45,46 | | |
| **9 день** | | | | 55,70 | | 65,95 | | | 163,54 | | | | 1608,30 | | 89,36 | | |
| **10 день** | | | | 57,02 | | 51,14 | | | 162,70 | | | | 1493,95 | | 11,04 | | |
| **11 день** | | | | 53,00 | | 79,18 | | | 158,40 | | | | 1738,37 | | 130,60 | | |
| **12 день** | | | | 57,27 | | 61,03 | | | 160,54 | | | | 1542,34 | | 46,05 | | |
| **13 день** | | | | 38,63 | | 58,10 | | | 181,71 | | | | 1515,22 | | 94,64 | | |
| **14 день** | | | | 67,41 | | 51,77 | | | 206,00 | | | | 1806,94 | | 35,49 | | |
| ***Итого за весь период:*** | | | | **756,967** | | **853,865** | | | **2622,13** | | | | **22818,98** | | **888,993** | | |
| ***Среднее значение за период:*** | | | | 54,07 | | 60,99 | | | 187,30 | | | | 1629,93 | | 63,50 | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **МЕНЮ ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ** **ДЛЯ МОУ СОШ №3 и МОУ СОШ №46** | | | | | | | | |
|  | **1 день** |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | **у** | | **Кк** | | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Макароны, запеченные с сыром** | 250 |  |  | 8,75 | 9,75 | 48 | | 340 | | 0,7 |
| Макароны |  | 86,7 | 86,7 |  |  |  | |  | |  |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 22,25 | 20 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 5 | 5 |  |  |  | |  | |  |
| **Кофейный напиток на молоке** | 200 |  |  | 2,8 | 3,2 | 14,8 | | 100 | | 7,36 |
| Кофейный напиток |  | 8 | 8 |  |  |  | |  | |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 115 | 115 |  |  |  | |  | |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  |  | |  | |  |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | 10,52 | | 202,52 | | 0 |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 20 | 20 |  |  |  | |  | |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  |  | |  | |  |
| **Яйцо вареное** |  | 40 | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | | 62,8 | | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **18,23** | **34,67** | **73,6** | | **705,32** | | **8,06** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Огурец свежий** | 100 |  |  | 0,8 | 0,2 | 2,6 | | 14 | | 6,65 |
| Огурец свежий |  | 106 | 100 |  |  |  | |  | |  |
| **Щи из свежей капусты на б/м с мелкошинкованными овощами** | 300 |  |  | 5,14 | 5,05 | 10,5 | | 106,3 | | 20,5 |
| Капуста белокочанная |  | 75 | 60 |  |  |  | |  | |  |
| Картофель |  | 42 | 30 |  |  |  | |  | |  |
| Морковь |  | 18,9 | 15 |  |  |  | |  | |  |
| Лук репчатый |  | 7,2 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| Помидоры свежие |  | 5 | 5 |  |  |  | |  | |  |
| или томат-пюре |  | 2 | 2 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 3 | 3 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 225 | 225 |  |  |  | |  | |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  |  | |  | |  |
| Сметана 10% жирности |  | 6 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| **Котлеты мясные рубленные школьные** | 100 |  |  | 13 | 13 | 12 | | 223 | | 0,2 |
| Говядина с/м |  | 53,6 | 40 |  |  |  | |  | |  |
| Батон нарезной |  | 15 | 15 |  |  |  | |  | |  |
| Лук репчатый |  | 12 | 10 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 17 | 17 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4 | 4 |  |  |  | |  | |  |
| Свинина с/м |  | 40,8 | 30 |  |  |  | |  | |  |
| Чеснок |  | 1,3 | 1 |  |  |  | |  | |  |
| **Картофель отварной** | 200 |  |  | 8,2 | 7,4 | 24 | | 196 | | 0 |
| Картофель |  | 266,3 | 200 |  |  |  | |  | |  |
| Масло растительное |  | 6 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| **Компот из сухофруктов** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | 26,6 | | 110 | | 0 |
| Сухофрукты |  | 25 | 25 |  |  |  | |  | |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 200 | 200 |  |  |  | |  | |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 100 | 100 |  | 5,6 | 1,02 | 1,5 | | 180 | | 0 |
| Батон нарезной | 100 | 100 |  | 8,2 | 1,4 | 1,3 | | 195 | | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **33,340** | **20,870** | **54,500** | | **828,300** | | **27,350** |
| **Итого за 1 день** |  |  |  | 51,570 | 55,540 | 128,100 | | 1 533,62 | | 35,41 |
|  | **2 день** |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Наименование блюда** |  | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | **у** | | **Кк** | | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** | **1** |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Каша вязкая на молоке (овсяные хлопья)** | 250 |  |  | 5,3 | 7,5 | 34,62 | | 232,5 | | 2,6 |
| Крупа овсяная |  | 55,5 | 55,5 |  |  |  | |  | |  |
| Молоко3,2% жирности |  | 123 | 123 |  |  |  | |  | |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 82 | 82 |  |  |  | |  | |  |
| **Какао с молоком** | 200 |  |  | 4 | 4 | 16 | | 116 | | 0 |
| Какао-порошок |  | 5 | 5 |  |  |  | |  | |  |
| Молоко3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 110 | 110 |  |  |  | |  | |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  |  | |  | |  |
| **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | 15,6 | | 222 | | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  |  | |  | |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  |  | |  | |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **16,8** | **25,9** | **66,22** | | **570,5** | | **2,6** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Салат из отварной свеклы с маслом растительным** | 100 |  |  | 1,7 | 6,8 | 8,9 | | 104 | | 3,84 |
| Свекла |  | 113 | 88 |  |  |  | |  | |  |
| Масло растительное |  | 13 | 13 |  |  |  | |  | |  |
| **Рассольник ленинградский** | 300 |  |  | 5,44 | 7,15 | 15,3 | | 148,3 | | 9,39 |
| Картофель |  | 120 | 90 |  |  |  | |  | |  |
| Крупа рисовая или перловая или овсяная |  | 6 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  |  | |  | |  |
| Лук репчатый |  | 7,2 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| Огурец соленый |  | 20,1 | 18 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  |  | |  | |  |
| Вода питьевая |  | 225 | 225 |  |  |  | |  | |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| **Суфле из кур** | 100/9 |  |  | 14,2 | 21,36 | 2,6 | | 260 | | 0,69 |
| Курица |  | 261 | 94 |  |  |  | |  | |  |
| или филе птицы |  | 94 | 94 |  |  |  | |  | |  |
| Яйцо |  | 18 | 18 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное |  | 9 | 9 |  |  |  | |  | |  |
| Соус молочный |  | 30 | 30 |  |  |  | |  | |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 25 | 25 |  |  |  | |  | |  |
| Мука пшеничная |  | 4,3 | 4,3 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4,3 | 4,3 |  |  |  | |  | |  |
| **Каша гречневая рассыпчатая** | 200 |  |  | 11,4 | 7,4 | 55,2 | | 332 | | 0 |
| Крупа гречневая |  | 81 | 81 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  |  | |  | |  |
| **Сок яблочный** | 200 | 200 |  | 0,14 | 0,06 | 21,78 | | 69,44 | | 40 |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | 1,5 | | 180 | | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | 1,3 | | 195 | | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **46,68** | **45,19** | **106,58** | | **1288,74** | | **53,92** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Итого за 2 день** |  |  |  | **63,48** | **71,09** | **172,8** | | **1859,24** | | **56,52** |
|  | **3 день** |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | **у** | | **Кк** | | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  | |  | |  |
| **Запеканка творожная с морковью с соусом мол150/50** | 150 |  |  | 16,95 | 14,85 | 22,8 | | 300 | | 0,251 |
| Творог 9% жирности |  | 84 | 82,5 |  |  |  | |  | |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4,5 | 4,5 |  |  |  | |  | |  |
| Крупа манная |  | 9 | 9 |  |  |  | |  | |  |
| Сахар |  | 9 | 9 |  |  |  | |  | |  |
| Яйцо |  | 7,5 | 7,5 |  |  |  | |  | |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 4,5 | 4,5 |  |  |  | |  | |  |
| Молоко 3,2 % жирности |  | 18 | 18 |  |  |  | |  | |  |
| Морковь |  | 30 | 24 |  | Морковь отварная припущенная 22 гр | | | | |  |
| **Соус молочный сладкий** | 50 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная, первого сорта |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Соль |  | 0,075 | 0,075 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| **Чай с молоком** | 200 |  |  | 1,6 | 1,6 | | 12,4 | | 70 | 7,36 |
| Чай чёрный |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 50 | 50 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 150 | 150 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | 0 |
| Масло сливочное (порциями) |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **20,15** | **33,57** | | **45,72** | | **572,52** | **7,611** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Помидоры свежие** | 100 |  |  | 1,1 | 0,2 | | 3,8 | | 24 | 20 |
| Помидоры (томаты) |  | 118 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| **Борщ** | 300 |  |  | 4,84 | 6,55 | | 12,9 | | 130,3 | 10,3 |
| Свекла |  | 60 | 48 |  |  | |  | |  |  |
| Капуста |  | 45 | 36 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая или бульон мясной |  | 240 | 240 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Рыба (филе) с гарниром, запеченная под соусом сметанным** | 300 |  |  | 19,8 | 10,8 | | 29,7 | | 339 | 0,5 |
| Филе минтая с/м |  | 96 | 91,5 |  |  | | | | | |
| Соус сметанный |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 5 | 6,7 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная первого сорта |  | 5 | 6,7 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 187,5 | 150 |  |  | |  | |  |  |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 3,6 | 3,6 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из свежих яблок** | 200 |  |  | 0,2 | 0,2 | | 17,8 | | 74 | 3,24 |
| Яблоки |  | 45,4 | 40 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 180 | 180 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **39,74** | **20,17** | | **67** | | **942,3** | **34,04** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 3 день** |  |  |  | **59,89** | **53,74** | | **112,72** | | **1514,82** | **41,651** |
|  | **4 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Каша вязкая на молоке(пшенная)** | 250 |  |  | 5,4 | 7,5 | | 34,62 | | 232,5 | 1,9 |
| Крупа пшено |  | 62,5 | 62,5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 120 | 120 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 80 | 80 |  |  | |  | |  |  |
| **Какао с молоком** | 200 |  |  | 4 | 4 | | 16 | | 116 | 0,78 |
| Какао-порошок |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 110 | 110 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | | 15,6 | | 222 | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **16,9** | **25,9** | | **66,22** | | **570,5** | **2,68** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из белокочанной капусты** | 100 |  |  | 1,5 | 10,1 | | 7,6 | | 127 | 0 |
| Капуста |  | 156,1 | 125 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 12,5 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Кислота лимонная |  | 0,3 | 0,3 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Суп картофельный с крупой** | 300 |  |  | 5,1 | 19,8 | | 24,6 | | 158,4 | 5,83 |
| Картофель |  | 120 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа рисовая /пшено |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 210 | 210 |  |  | |  | |  |  |
| Курица |  | 19 | 14 |  |  | |  | |  |  |
| **Птица, тушенная в соусе с овощами** | 300 |  |  | 21,6 | 14,1 | | 25,8 | | 336 | 12,24 |
| Курица тушка |  | 100,2 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 148,8 | 111,6 |  | *Масса отварного картофеля 108,3гр.* | | | | |  |
| Лук репчатый |  | 32,4 | 27,6 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 57,9 | 46,2 |  |  | |  | |  |  |
| Горошек зеленый |  | 12,6 | 8,4 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода питьевая |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная первого сорта |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 10 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 2,4 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 1,5 | 1,5 |  |  | |  | |  |  |
| Лист лавровый |  | 0,02 | 0,02 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из сухофруктов** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | | 26,6 | | 110 | 0 |
| Сухофрукты |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 200 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **42,6** | **46,62** | | **87,4** | | **1106,4** | **18,07** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 4 день** |  |  |  | **59,5** | **72,52** | | **153,62** | | **1676,9** | **20,75** |
|  | **5 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Каша вязкая на молоке (гречневая)** | 250 |  |  | 5,4 | 7,5 | | 34,6 | | 232,5 | 1,9 |
| Крупа гречневая |  | 62,5 | 62,5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко3,2% жирности |  | 123 | 123 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 82 | 82 |  |  | |  | |  |  |
| **Кофейный напиток на молоке** | 200 |  |  | 2,8 | 3,2 | | 14,8 | | 100 | 7,36 |
| Кофейный напиток |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 115 | 115 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | 0 |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **9,8** | **27,82** | | **59,92** | | **535,02** | **9,26** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат зеленый с огурцами** | 100 |  |  | 1 | 14,6 | | 1,7 | | 142 | 6,65 |
| Салат китайский или капуста |  | 61,2 | 44 |  |  | |  | |  |  |
| Огурец свежий |  | 53,4 | 43 |  |  | |  | |  |  |
| Масло подсолнечное |  | 14 | 14 |  |  | |  | |  |  |
| **Щи из свежей капусты** | 300 |  |  | 8,052 | 6,85 | | 9,6 | | 121,3 | 16,8 |
| Капуста |  | 120 | 96 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная |  | 1,8 | 1,8 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 210 | 210 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Биточки мясные рубленные школьные** | 100 |  |  | 13 | 13 | | 12 | | 223 | 0,2 |
| Говядина с/м |  | 53,6 | 40 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 15 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 12 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 17 | 17 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4 | 4 |  |  | |  | |  |  |
| Свинина с/м |  | 40,8 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| Чеснок |  | 1,3 | 1 |  |  | |  | |  |  |
| **Картофель отварной** | 200 |  |  | 8,2 | 7,4 | | 24 | | 196 | 0 |
| Картофель |  | 266,3 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Сок мульти фруктовый** | 200 | 200 |  | 1,35 | 0,3 | | 102,48 | | 105,34 | 8 |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **45,402** | **44,57** | | **152,58** | | **1162,64** | **31,65** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 5 день** |  |  |  | **55,202** | **72,39** | | **212,5** | | **1697,66** | **40,91** |
|  | **6 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Каша вязкая на молоке (манная)** | 250 |  |  | 5,3 | 7,5 | | 34,62 | | 232,5 | 2,6 |
| Крупа манная |  | 56,25 | 56,25 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко3,2% жирности |  | 123 | 123 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 82 | 82 |  |  | |  | |  |  |
| **Чай с сахаром** | 200 |  |  | 0,53 | 0 | | 9,47 | | 40 | 0,78 |
| Чай чёрный |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 216 | 216 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 15 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом и сыром** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | | 15,6 | | 222 | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **13,33** | **21,9** | | **59,69** | | **494,5** | **3,38** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из моркови с маслом растительным** | 100 |  |  | 1,2 | 6,8 | | 6,4 | | 92 | 0,08 |
| Морковь |  | 118 | 94 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 7 | 7 |  |  | |  | |  |  |
| **Суп картофельный макаронными изделиями** | 300 |  |  | 5,4 | 4,2 | | 25,2 | | 158,4 | 9 |
| Макаронные изделия |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 112,5 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Курица |  | 19 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 225 | 225 |  |  | |  | |  |  |
| **Рыба, тушенная в томате с овощами 100/50** | 100/50 |  |  | 1 | 9 | | 8,6 | | 120 | 6,48 |
| Рыба филе с/м |  | 128 | 122 |  | *Масса готовой рыбы100 гр.* | | | | | |
| Морковь |  | 22,5 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| Петрушка |  | 4 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 9,5 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 19 | 19 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| **Макароны отварные** | 200 |  |  | 6,8 | 5 | | 32 | | 200 | 0 |
| Макаронные изделия |  | 68 | 68 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Сок яблочный** | 200 | 200 |  | 0,72 | 0 | | 25,25 | | 85,34 | 4 |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **28,92** | **27,42** | | **100,25** | | **1030,74** | **19,56** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 6 день** |  |  |  | **42,25** | **49,32** | | **159,94** | | **1525,24** | **22,94** |
|  | **7 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Запеканка творожная с морковью с соусом мол150/50** | 150 |  |  | 16,95 | 14,85 | | 22,8 | | 300 | 0,251 |
| Творог 9% жирности |  | 84 | 82,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4,5 | 4,5 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа манная |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Яйцо |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 4,5 | 4,5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2 % жирности |  | 18 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 30 | 24 |  |  | |  | |  |  |
| **Соус молочный сладкий** | 50 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная, первого сорта |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Соль |  | 0,075 | 0,075 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| **Кофейный напиток на молоке** | 200 |  |  | 2,8 | 3,2 | | 14,8 | | 100 | 7,36 |
| Кофейный напиток |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 115 | 115 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | 0 |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| **Яйцо вареное** |  | 40 | 40 | 5,08 | 4,6 | | 0,28 | | 62,8 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **26,43** | **39,77** | | **48,4** | | **665,32** | **7,611** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из свежих помидоров** | 100 |  |  | 1,6 | 12,8 | | 4,7 | | 140 | 20,3 |
| Помидоры (томаты) |  | 70,4 | 68 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 23,8 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло подсолнечное |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| **Борщ** | 300 |  |  | 4,84 | 6,55 | | 12,9 | | 130,3 | 10,3 |
| Свекла |  | 60 | 48 |  |  | |  | |  |  |
| Капуста |  | 45 | 36 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая или бульон мясной |  | 240 | 240 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Гуляш из отварного мяса** | 150 |  |  | 12 | 22,8 | | 4,95 | | 274,5 | 0,5 |
| Свинина с/м |  | 92,85 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 9 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 91,5 | 91,5 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Петрушка |  | 6,3 | 4,5 |  |  | |  | |  |  |
| **Пюре картофельное** | 200 |  |  | 7,8 | 6,2 | | 18,8 | | 162 | 4,15 |
| Картофель |  | 228 | 171 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из сухофруктов** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | | 26,6 | | 110 | 0 |
| Сухофрукты |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 200 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **40,64** | **50,97** | | **70,75** | | **1191,8** | **35,25** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 7 день** |  |  |  | **67,07** | **90,74** | | **119,15** | | **1857,12** | **42,861** |
|  | **8 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Макароны, запеченные с сыром** | 250 |  |  | 8,75 | 9,75 | | 48 | | 340 | 0,7 |
| Макароны |  | 86,7 | 86,7 |  |  | |  | |  |  |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 22,25 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| **Какао с молоком** | 200 |  |  | 4 | 4 | | 16 | | 116 | 0,78 |
| Какао-порошок |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 110 | 110 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | | 15,6 | | 222 | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **20,25** | **28,15** | | **79,6** | | **678** | **1,48** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из отварной свеклы с маслом растительным** | 100 |  |  | 1,7 | 6,8 | | 8,9 | | 104 | 3,84 |
| Свекла |  | 113 | 88 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 13 | 13 |  |  | |  | |  |  |
| **Суп картофельный с бобовыми** | 300 |  |  | 9,64 | 6,55 | | 25,8 | | 199,3 | 28,14 |
| Горох |  | 24,3 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 99,9 | 99,9 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 195 | 195 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| **Котлеты рыбные школьные** | 100 |  |  | 10,9 | 3,7 | | 12 | | 123 | 0,48 |
| Минтай филе с/м |  | 63 | 60 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа манная |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Яйцо |  | 4 | 4 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 10 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Сухари панировочные |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Картофель отварной** | 200 |  |  | 8,2 | 7,4 | | 24 | | 196 | 0 |
| Картофель |  | 266,3 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Сок яблочный** | 200 | 200 |  | 0,72 | 0 | | 25,25 | | 85,34 | 4 |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **44,96** | **26,87** | | **98,75** | | **1082,64** | **36,46** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 8 день** |  |  |  | **65,21** | **55,02** | | **178,35** | | **1760,64** | **37,94** |
|  | **9 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Каша вязкая на молоке(пшенная)** | 250 |  |  | 5,4 | 7,5 | | 34,62 | | 232,5 | 1,9 |
| Крупа пшено |  | 62,5 | 62,5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 120 | 120 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 80 | 80 |  |  | |  | |  |  |
| **Чай с молоком** | 200 |  |  | 1,6 | 1,6 | | 12,4 | | 70 | 7,36 |
| Чай чёрный |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 50 | 50 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 150 | 150 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Яйцо вареное** |  | 40 | 40 | 5,08 | 4,6 | | 0,28 | | 62,8 | 0 |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | 0 |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **13,68** | **30,82** | | **57,82** | | **567,82** | **9,26** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из белокочанной капусты** | 100 |  |  | 1,5 | 10,1 | | 7,6 | | 127 | 0 |
| Капуста |  | 156,1 | 125 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 12,5 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Кислота лимонная |  | 0,3 | 0,3 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Суп картофельный макаронными изделиями** | 300 |  |  | 5,4 | 4,2 | | 25,2 | | 158,4 | 9 |
| Макаронные изделия |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 112,5 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Курица |  | 19 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 225 | 225 |  |  | |  | |  |  |
| **Печень по-строгановски** | 125 |  |  | 19,62 | 10,5 | | 6,37 | | 187,5 | 0 |
| Печень с/м |  | 111,25 | 92,5 |  |  | |  | |  |  |
| Соус молочный | 25 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 1,25 | 1,25 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная первого сорта |  | 1,25 | 1,25 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 6,25 | 6,25 |  |  | |  | |  |  |
| **Макароны отварные** | 200 |  |  | 6,8 | 5 | | 32 | | 200 | 0 |
| Макаронные изделия |  | 68 | 68 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Напиток из плодов шиповник** | 200 |  |  | 0,6 | 0 | | 10,7 | | 83,68 | 4 |
| Плоды шиповника |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **47,72** | **32,22** | | **84,67** | | **1131,58** | **13** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 9 день** |  |  |  | **61,4** | **63,04** | | **142,49** | | **1699,4** | **22,26** |
|  | **10 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Суп молочный с макаронными изделиями** | 250 |  |  | 6 | 5,2 | | 21,5 | | 157,5 | 0,9 |
| Молоко 3,2% жирности |  | 125 | 125 |  |  | |  | |  |  |
| Вода |  | 105 | 105 |  |  | |  | |  |  |
| Лапша или вермишель или фигурные изделия |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 1,5 | 1,5 |  |  | |  | |  |  |
| **Какао с молоком** | 200 |  |  | 4 | 4 | | 16 | | 116 | 0,78 |
| Какао-порошок |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 110 | 110 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | | 15,6 | | 222 | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **17,5** | **23,6** | | **53,1** | | **495,5** | **1,68** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из моркови с маслом растительным** | 100 |  |  | 1,2 | 6,8 | | 6,4 | | 92 | 0,08 |
| Морковь |  | 118 | 94 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 7 | 7 |  |  | |  | |  |  |
| **Суп рыбный с фрикадельками рыбными** | 300 |  |  | 9,6 | 3,6 | | 22,5 | | 162 | 16 |
| Картофель |  | 120 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 7,2 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Томат - пюре |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Петрушка |  | 3,9 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 240 | 240 |  |  | |  | |  |  |
| Фрикадельки |  |  | 50 |  |  | |  | |  |  |
| Рыба минтай с/м тушка |  | 40,5 | 37 |  |  | |  | |  |  |
| Яйцо |  | 2,5 | 2,5 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 9 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 8,5 | 8,5 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 8,5 | 8,5 |  |  | |  | |  |  |
| **Биточки рубленые из птицы паровые** | 100 |  |  | 14,3 | 13,5 | | 8,1 | | 215 | 0,16 |
| Курица |  | 119,4 | 74 |  |  | |  | |  |  |
| Жир внутренний |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 18 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко |  | 26 | 26 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| **Каша гречневая рассыпчатая** | 200 |  |  | 11,4 | 7,4 | | 55,2 | | 332 | 0 |
| Крупа гречневая |  | 81 | 81 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из сухофруктов** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | | 26,6 | | 110 | 0 |
| Сухофрукты |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 200 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **50,9** | **33,92** | | **121,6** | | **1286** | **16,24** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 10 день** |  |  |  | **68,4** | **57,52** | | **174,7** | | **1781,5** | **17,92** |
|  | **11 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным** | 250 |  |  | 5,4 | 7,5 | | 34,62 | | 232,5 | 1,9 |
| Крупа рисовая |  | 27,75 | 27,75 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа пшено |  | 31,25 | 31,25 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 123 | 123 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 82 | 82 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| **Кофейный напиток на молоке** | 200 |  |  | 2,8 | 3,2 | | 14,8 | | 100 | 7,36 |
| Кофейный напиток |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 115 | 115 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | 0 |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| **Яйцо вареное** |  | 40 | 40 | 5,08 | 4,6 | | 0,28 | | 62,8 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **14,88** | **32,42** | | **60,22** | | **597,82** | **9,26** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Винегрет овощной** | 100 |  |  | 2,6 | 16,3 | | 11,4 | | 203 | 7 |
| Картофель |  | 29 | 21,1 |  |  | |  | |  |  |
| Свекла |  | 19 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Огурцы соленые |  | 19 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Горошек зеленый консервированный |  | 23 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 18 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Рассольник ленинградский** | 300 |  |  | 5,44 | 7,15 | | 15,3 | | 148,3 | 9,39 |
| Картофель |  | 120 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа рисовая или перловая или овсяная |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 7,2 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Огурец соленый |  | 20,1 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 225 | 225 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Котлеты мясные рубленные школьные** | 100 |  |  | 13 | 13 | | 12 | | 223 | 0,2 |
| Говядина с/м |  | 53,6 | 40 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 15 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 12 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 17 | 17 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4 | 4 |  |  | |  | |  |  |
| Свинина с/м |  | 40,8 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| Чеснок |  | 1,3 | 1 |  |  | |  | |  |  |
| **Капуста тушеная** | 200 |  |  | 3,6 | 6,6 | | 9 | | 144 | 41 |
| Капуста свежая |  | 250 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Масло |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 26 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 19,2 | 16 |  |  | |  | |  |  |
| Лавровый лист |  | 0,03 | 0,03 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 60 | 60 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная, первого сорта |  | 4 | 4 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 4 | 4 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из черной смородины** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | | 16 | | 64 | 40 |
| Ягоды с/м |  | 62 | 60 |  |  | |  | |  |  |
| Вода |  | 138 | 138 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **39,04** | **45,67** | | **66,5** | | **1157,3** | **97,59** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 11 день** |  |  |  | **53,92** | **78,09** | | **126,72** | | **1755,12** | **106,85** |
|  | **12 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Омлет натуральный** | 200 |  |  | 20 | 26 | | 5,4 | | 326 | 1,575 |
| Яйцо |  | 140 | 140 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 90 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| **Чай с сахаром** | 200 |  |  | 0,53 | 0 | | 9,47 | | 40 | 0,78 |
| Чай чёрный |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 216 | 216 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 15 | 15 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом и сыром** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | | 15,6 | | 222 | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **28,03** | **40,4** | | **30,47** | | **588** | **2,355** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат зеленый с огурцами** | 100 |  |  | 1 | 14,6 | | 1,7 | | 142 | 6,65 |
| Салат китайский или капуста |  | 61,2 | 44 |  |  | |  | |  |  |
| Огурец свежий |  | 53,8 | 43 |  |  | |  | |  |  |
| Масло подсолнечное |  | 14 | 14 |  |  | |  | |  |  |
| **Щи из свежей капусты** | 300 |  |  | 8,052 | 6,85 | | 9,6 | | 121,3 | 16,8 |
| Капуста |  | 120 | 96 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 31,8 | 27 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 210 | 210 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Птица, тушенная в соусе с овощами** | 300 |  |  | 21,6 | 14,1 | | 25,8 | | 336 | 12,24 |
| Курица тушка |  | 100,2 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 148,8 | 111,6 |  | *Масса отварного картофеля 108,3гр.* | | | | |  |
| Лук репчатый |  | 32,4 | 27,6 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 57,9 | 46,2 |  |  | |  | |  |  |
| Горошек зеленый |  | 12,6 | 8,4 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода питьевая |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная, первого сорта |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 10 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 2,4 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 1,5 | 1,5 |  |  | |  | |  |  |
| Лист лавровый |  | 0,02 | 0,02 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из сухофруктов** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | | 26,6 | | 110 | 0 |
| Сухофрукты |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 200 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **45,052** | **38,17** | | **66,5** | | **1084,3** | **35,69** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за12 день** |  |  |  | **67,07** | **86,07** | | **96,97** | | **1745,3** | **99,945** |
|  | **13 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Запеканка творожная с морковью с соусом мол150/50** | 150 |  |  | 16,95 | 14,85 | | 22,8 | | 300 | 0,251 |
| Творог 9% жирности |  | 84 | 82,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 4,5 | 4,5 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа манная |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Яйцо |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 4,5 | 4,5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2 % жирности |  | 18 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 30 | 24 |  | Морковь отварная припущенная 22 гр | | | | |  |
| **Соус молочный сладкий** | 50 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Мука пшеничная, первого сорта |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Соль |  | 0,075 | 0,075 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| **Кофейный напиток на молоке** | 200 |  |  | 2,8 | 3,2 | | 14,8 | | 100 | 7,36 |
| Кофейный напиток |  | 8 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 115 | 115 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 40 |  |  | 1,6 | 17,12 | | 10,52 | | 202,52 | 0 |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 20 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **21,35** | **35,17** | | **48,12** | | **602,52** | **7,611** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат из отварной свеклы с маслом растительным** | 100 |  |  | 1,7 | 6,8 | | 8,9 | | 104 | 3,84 |
| Свекла |  | 113 | 88 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 13 | 13 |  |  | |  | |  |  |
| **Суп картофельный с крупой** | 300 |  |  | 5,1 | 19,8 | | 24,6 | | 158,4 | 5,83 |
| Картофель |  | 120 | 90 |  |  | |  | |  |  |
| Крупа рисовая /пшено |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 14,4 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Бульон или вода |  | 210 | 210 |  |  | |  | |  |  |
| Курица |  | 19 | 14 |  |  | |  | |  |  |
| **Рыба, тушенная в томате с овощами 100/50** | 100/50 |  |  | 1 | 9 | | 8,6 | | 120 | 6,48 |
| Рыба филе с/м |  | 128 | 122 |  | *Масса готовой рыбы100 гр.* | | | | | |
| Морковь |  | 22,5 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| Петрушка |  | 4 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 9,5 | 8 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 19 | 19 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 2 | 2 |  |  | |  | |  |  |
| **Рис отварной** | 200 |  |  | 4,8 | 5 | | 38,6 | | 218 | 0 |
| Крупа рисовая |  | 72 | 72 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | 100 | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| **Компот из апельсинов** | 200 |  |  | 0,4 | 0,2 | | 14 | | 60 | 3,24 |
| Апельсины |  | 75 | 50 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 146 | 146 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной | 100 | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **26,8** | **43,22** | | **97,5** | | **1035,4** | **19,39** |
| **Соль йодированная** | 3,75 |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 13 день** |  |  |  | **48,15** | **78,39** | | **145,62** | | **1637,92** | **27,001** |
|  | **14 день** |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **брутто** | **нетто** | **б** | **ж** | | **у** | | **Кк** | **С,мг** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Каша вязкая на молоке (рисовая)** | 250 |  |  | 5,3 | 7,5 | | 34,62 | | 232,5 | 2,6 |
| Крупа рисовая |  | 55,5 | 55,5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко 3,2% жирности |  | 123 | 123 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 7,5 | 7,5 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 82 | 82 |  |  | |  | |  |  |
| **Какао с молоком** | 200 |  |  | 4 | 4 | | 16 | | 116 | 0,78 |
| Какао-порошок |  | 5 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Молоко3,2% жирности |  | 100 | 100 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 110 | 110 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| **Бутерброд с сыром и маслом сливочным** | 60 |  |  | 7,5 | 14,4 | | 15,6 | | 222 | 0 |
| Сыр не менее 45 % жирности |  | 21 | 20 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 10 | 10 |  |  | |  | |  |  |
| Батон нарезной |  | 30 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| **Яйцо вареное** |  | 40 | 40 | 5,08 | 4,6 | | 0,28 | | 62,8 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **21,88** | **30,5** | | **66,5** | | **633,3** | **3,38** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Салат витаминный** | 100 |  |  | 3,3 | 5,8 | | 7,2 | | 95 | 1,75 |
| Капуста |  | 37,5 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 20 | 16 |  |  | |  | |  |  |
| Лук зеленый |  | 6,3 | 5 |  |  | |  | |  |  |
| Яблоко |  | 27,3 | 24 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Масло растительное |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Соус салатный |  | 18 | 18 |  |  | |  | |  |  |
| **Борщ** | 300 |  |  | 4,84 | 6,55 | | 12,9 | | 130,3 | 10,3 |
| Свекла |  | 60 | 48 |  |  | |  | |  |  |
| Капуста |  | 45 | 36 |  |  | |  | |  |  |
| Морковь |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 15 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Томат-пюре |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 3 | 3 |  |  | |  | |  |  |
| Говядина с/м |  | 21,26 | 16,1 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая или бульон мясной |  | 240 | 240 |  |  | |  | |  |  |
| Сметана 10 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| **Запеканка картофельная с печенью** | 300 |  |  | 27,3 | 10,2 | | 24,3 | | 360 | 10,1 |
| Печень с/м или мясо |  | 159,6 | 132 |  |  | |  | |  |  |
| Картофель |  | 337,2 | 255 |  |  | |  | |  |  |
| Лук репчатый |  | 36 | 30 |  |  | |  | |  |  |
| Масло сливочное 72,5 % жирности |  | 6 | 6 |  |  | |  | |  |  |
| Сухари |  | 9 | 9 |  |  | |  | |  |  |
| **Компот из сухофруктов** | 200 |  |  | 0,6 | 0,2 | | 26,6 | | 110 | 0 |
| Сухофрукты |  | 25 | 25 |  |  | |  | |  |  |
| Сахар |  | 12 | 12 |  |  | |  | |  |  |
| Вода питьевая |  | 200 | 200 |  |  | |  | |  |  |
| Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки | **100** | 100 |  | 5,6 | 1,02 | | 1,5 | | 180 | 0 |
| Батон нарезной | **100** | 100 |  | 8,2 | 1,4 | | 1,3 | | 195 | 0 |
| **Итого по приёму пищи** |  |  |  | **49,84** | **25,17** | | **73,8** | | **1070,3** | **22,15** |
| **Соль йодированная** |  |  |  |  |  | |  | |  |  |
| **Итого за 14 день** |  |  |  | **71,72** | **55,67** | | **140,3** | | **1703,6** | **25,53** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***белки*** | ***жиры*** | ***углеводы*** | ***Ккалл*** | ***С,мг.*** |
| **1 день** | 51,57 | 55,54 | 128,1 | 1533,62 | 35,41 |
| **2 день** | 63,48 | 71,09 | 172,8 | 1859,24 | 56,52 |
| **3 день** | 59,89 | 53,74 | 112,72 | 1514,82 | 41,65 |
| **4 день** | 59,5 | 72,52 | 153,62 | 1676,90 | 20,75 |
| **5 день** | 55,202 | 72,39 | 212,5 | 1697,66 | 40,91 |
| **6 день** | 42,25 | 49,32 | 159,94 | 1525,24 | 22,94 |
| **7 день** | 67,07 | 90,74 | 119,15 | 1857,12 | 42,86 |
| **8 день** | 65,21 | 55,02 | 178,35 | 1760,64 | 37,94 |
| **9 день** | 61,4 | 63,04 | 142,49 | 1699,4 | 22,26 |
| **10 день** | 68,4 | 57,52 | 174,7 | 1781,5 | 17,92 |
| **11 день** | 53,92 | 78,09 | 126,72 | 1755,12 | 106,85 |
| **12 день** | 67,07 | 86,07 | 96,97 | 1745,3 | 99,95 |
| **13 день** | 48,15 | 78,39 | 145,62 | 1637,92 | 27,00 |
| **14 день** | 71,72 | 55,67 | 140,3 | 1703,6 | 25,53 |
| ***Итого за весь период:*** | **834,832** | **939,14** | **2063,98** | **23748,08** | **598,488** |
| ***Среднее значение за период:*** | 59,63 | 67,08 | 147,43 | 1696,29 | 42,75 |