

«Согласовано»

Директор МАОУ КШ № 3 г. Ишима

И.А. Козлов



«Утверждаю»

Директор ООО «СИБ-НОВА»

А.Н. Гончаров



**ПРИМЕРНОЕ
10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(завтрак, обед)
для горячего питания
обучающихся 12-18 лет
МАОУ КШ № 3 г. Ишима**

с 01 февраля 2021 года

День: вторник
Неделя: первая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			Энерг. ценность, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Углеб., г		
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			20/10	1,6	7,4		113	10,15
№93	хлеб пшенич. обогащ.	20	20					
2013г.	масло сливочное	10	10					
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			200/5	8,3	8,8	26,2	217	19,36
№267	крупа пшено	30	30					
2013г.	сахар	4	4					
	молоко питьевое	178	178					
	масло сливочное	5	5					
Какао с молоком			200	4	4,1	18,4	127	9,21
№496	какао-порошок	3,5	3,5					
2013г.	молоко питьевое	100	100					
	сахар	15	15					
	вода	100	100					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	2	0,4	10	51	1,67
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			45	2,4	0,3	11,4	58	3,45
ИТОГО				13,9	20,3	54,6	566,00	43,84
ОБЕД								
Овощи консервированные (порциями) 1996г.			100	0,8	0,1	1,8	11	27,76
огурцы солёные (без уксуса)			182					100
Суп картофельный с горохом, гречками и мясом			250/10/10	5,8	5	30,5	190	21,17
№144	говядина 1 категории	22	16					
№170	или мясо к/к	19	16					
2013г.	картофель	53	40					
	горох	20	20					
	лук репчатый	12	10					
	морковь	16	13					
	масло сливочное	5	5					
	хлеб пшенич. обогащ.	19	16					
Кура запечённая			120	20,2	21,4	1,4	279	48,49
№494	курица потрош. 1 катег	180	161					
2004г.	или грудка кур. на косте	167	161					
	или бедро куриное	167	161					
	томатная паста	2	2					
	чеснок свежий	3	2					
	масло растительное	5	5					
Картофель отварной, с поджаривкой			180	4,1	8,3	23,1	183	25,66
№426	картофель	166	125					
2013г.	масло сливочное	5	5					
1996г.	кукуруза консервированная (после термич. обработ)	84	50					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,2	34	141	18,20
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			30	2,4	0,3	11,4	58	2,26
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2,6	0,5	13,4	68	2,22
ИТОГО				35,9	35,7	113,8	930	145,76
ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ				49,8	56	168,4	1496	189,60

Повар-бригадир _____

День: среда
Неделя: первая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химкинский бассейн				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			200/20	8,1	12,3	48,3	336	79,82
№313	творог	195	193					
2013г.	мука пшеничная	16	16					
	или крупа манная	13	13					
	сахар	11	11					
	яичный порошок	1,75	1,75					
	сухари пшеничные	7	7					
	сметана	6,5	6,5					
	масло сливочное	4,5	4,5					
	молоко сгущённое	20	20					
Чай с сахаром			200	0,1	0	13,1	53	1,32
№493	чай	0,5	0,5					
2013г.	сахар	13	13					
	вода питьевая	200	200					
Йогуртный продукт в инд. упаковке			100	6,3	12,5	14	104	20,15
Хлеб ржано-пшеничный № 110 2013г.			31	1,3	0,2	6,7	34	1,73
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			20	1,6	0,2	7,6	39	1,51
ИТОГО				17,4	25,2	89,7	566	104,53
ОБЕД								
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной			250/10/5	4,8	6,5	15,6	140	25,18
№134	говядина 1 категории	22	16					
2013г.	или мясо к/к	19	16					
	картофель	93	70					
	крупа перловая	5	5					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	10	8					
огурцы солёные (без уксуса)			27	15				
	масло сливочное	5	5					
	сметана	5	5					
Тефтели паровые, с соусом			100	9,2	13,5	16,8	226	33,19
№389	говядина 1 категории	72	53					
2013г.	или мясо к/к	63	53					
	или фарш пром. пр-ва	53	53					
	хлеб пшен. обогащ.	11	11					
	молоко питьевое	18	18					
	лук репчатый	33	28					
	масло растительное	4	4					
масса поссерованного лука			14					
	мука пшеничная	5	5					
	масло растительное	4	4					
масса готового изделия			70					
соус томатный			30					
№454	масло сливочное	1,8	1,8					
2013г.	мука пшеничная	1,4	1,4					
	морковь	2,3	1,8					
	лук репчатый	0,7	0,6					
	томатная паста	3	3					
	сахар	0,3	0,3					
	вода питьевая	30	30					
Каша гречневая рассыпчатая			180	5,2	5,5	24,7	169	12,60
№237	крупа гречневая	46	46					
2013г.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	8	8					
Напиток из шиповника с витамином С			200	0,72	0,24	26,6	112	9,55
№519	шиповник	30	30					
2013г.	вода питьевая	220	22					
	сахар	15	15					
	витамин С							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	3,3	0,6	16,7	85	2,78
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			23	4,8	0,6	22,8	116	1,77
ИТОГО				28,02	26,94	123,2	848	85,07
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ				45,42	52,14	212,9	1414	189,60

Повар-бригадир _____

Handwritten signature

День: четверг
Неделя: первая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл, г		
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром			20/15	6,7	7,3		137	14,83
№90	хлеб пшенич. обогащ.	20	20					
2013г.	сыр твердый	16	15					
Суп молочный с крупой			200	4,7	5,2	15,6	128	10,37
№164	крупя рисовая	12	12					
2013г.	или крупа ячневая	16	16					
	вода питьевая	110	110					
	молоко питьевое	100	100					
	масло сливочное	2	2					
	сахар	2	2					
Кофейный напиток			200	1,9	1,7	17	91	6,79
№501	кофейный напиток	3	3					
2013г.	сахар	15	15					
	молоко питьевое	50	50					
	вода	150	150					
Иогуртный продукт в инд. упаковке			95	6,3	12,5	14	194	26,00
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			20	1,6	0,2	7,6	39	1,51
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			41	1	0,2	5	26	2,29
ИТОГО				22,2	27,1	70,2	615	61,79
ОБЕД								
Кукуруза консервированная (порциями)			100	4,8	0,2	7,8	53	30,37
1996г.	кукуруза консервированная							
	(после термич. обработ)	167	100					
Суп с макаронными изделиями и мясом			250/20	5,2	5,8	15,8	136	30,02
№157	говядина 1 категории	44	32					
2013г.	или мясо к/к	38	32					
	макаронные изделия	20	20					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	5	5					
Рыба, тушённая в томате с овощами			110	12,1	12,6	8,5	196	24,40
№343	минтай потрош. обезгл.	122	90					
2013г.	морковь	19	15					
	лук репчатый	8	7					
	томатная паста	0,8	0,8					
	масло растительное	4	4					
	сахар	0,3	0,3					
	масса припущенных овощей		30					
Картофельное пюре			180	3,5	5,3	25,5	164	15,73
№429	картофель	205	154					
2013г.	молоко питьевое	29	29					
	масло сливочное	7	7					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,2	34	141	18,20
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			80	6,4	0,8	30,4	154	6,03
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			55	3,6	0,7	18,4	94	3,06
ИТОГО				36,4	25,6	140,4	938	127,81
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ				58,6	52,7	210,6	1553	189,60

Повар-бригадир _____

День: пятница
Неделя: первая

Утверждает
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал	Цена, р
ЗАВТРАК								
Бутерброд с джемом или повидлом			20/15	1,3	0,2	18	79	3,84
№95 хлеб пшен. обогащ.	20	20						
2013г. джем или повидло	15,2	15						
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным			200/5	7	7,2	38	245	20,78
№268 крупа рисовая	25	25						
2013г. молоко питьевое	190	190						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном			200/5	0,2	0	15,7	64	2,81
№494 чай	0,5	0,5						
2013г. вода	200	200						
сахар	15	15						
лимон	7	5						
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	6,3	12,5	14	147	26,00
Хлеб пшеничный обогащенный № 108 2013г.			34	1,6	0,2	7,6	39	2,59
Хлеб ржано-пшеничный № 110 2013г.			39	1,3	0,2	6,7	34	2,20
ИТОГО				17,7	20,3	100	608	58,22
ОБЕД								
Горошек зелёный консервированный			100	1	5	6,3	74	16,59
1996г. горошек зел. конс.	154	100						
(после термич. обраб.)								
Свекольник с мясом и сметаной			250/10/5	5,8	6,1	14,5	136	22,58
№131 говядина 1 категории	22	16						
2013г. или мясо к/к	19	16						
свекла	80	64						
картофель	53	40						
морковь	12,5	10						
лук репчатый	13	11						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Курица в соусе с томатом			100/50	23,57	16,29	0,57	240	54,45
№405 грудка курин. на косточ.	154	149						
2013г. или бедро куриное	154	149						
масло сливочное	9	9						
лук репчатый	9	7,5						
томатная паста	9,3	9,3						
мука пшеничная	1,9	1,9						
чеснок	1,2	0,9						
сметана	5	5						
морковь	9,3	7,5						
вода	46	46						
Овощи тушёные			150	3	10,5	21	191	10,11
ТТК картофель	150	113						
морковь	19	15						
капуста свежая	29	23						
томатная паста	0,18	0,18						
лук репчатый	10	8						
масло растительное	8	8						
сметана	5	5						
вода питьевая	35	35						
Компот из сухофруктов с витамином С			200	1,5	1,3	15,9	109	4,01
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	15	15						
вода	200	200						
витамины С								
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке			200	0,6	0,4	34,2	52	18,20
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	2	0,4	10	51	1,67
Хлеб пшеничный обогащенный № 108 2013г.			50	2,7	0,3	12,7	64	3,77
ИТОГО				40,17	40,29	115,17	917	131,38
ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ				57,87	60,59	215,17	1525	189,60

Повар-бригадир Мася

День: понедельник
Неделя: вторая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Углеб., г		
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			20/10	1,6	7,4	10	113	10,15
№93	хлеб пшенич. обогащ.	20	20					
2013г.	масло сливочное	10	10					
Суп молочный с макаронными изделиями			200	6,4	7,9	19,3	174	10,63
№165	вода питьевая	84	84					
2013г.	молоко питьевое	100	100					
	макаронные изделия	16	16					
	сахар	2,5	2,5					
	масло сливочное	2,5	2,5					
Какао с молоком			200	4	4,1	18,4	127	9,21
№496	какао-порошок	3,5	3,5					
2013г.	молоко питьевое	100	100					
	сахар	15	15					
	вода	100	100					
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	6,3	12,5	14	104	26,00
Кондитерское изделие пром. пр-ва			10	0,5	3,2	13,4	84	2,30
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			27	2	0,4	10	51	1,52
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			30	2,4	0,3	11,4	58	2,26
ИТОГО				23,2	35,8	96,5	711	62,07
ОБЕД								
Суп картофельный с крупой и мясом			250/20	5	5,5	16,3	135	32,35
№138	говядина 1 категории	44	32					
2004г.	или мясо к/к	38	32					
	картофель	93	70					
	крупя перловая	10	10					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	5	5					
Жаркое по-домашнему			210	12,1	19,4	34,9	363	68,73
№369	говядина 1 категории	107	79					
2013г.	или мясо к/к	93	79					
	масло растительное	10	10					
	картофель	146	110					
	морковь	23	18					
	лук репчатый	18	15					
	масло сливочное	10	10					
	томатная паста	2	2					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,2	34	94	18,20
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			80	6,4	0,8	30,4	154	6,03
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2,6	0,5	13,4	68	2,22
ИТОГО				26,9	26,4	129	814	127,53
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ				50,1	62,2	225,5	1525	189,60

Повар-бригадир _____

День: вторник
Неделя: вторая

Утвержден
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Углеб., г	Энерг. ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром			20/15	6,7			137	14,83
№90	хлеб пшенич. обогаш.	20	20					
2013г.	сыр твёрдый	16	15					
Каша молочная манная, с маслом сливочным			200/5	8,7	9,3	34	255	19,19
№262	крупа манная	30	30					
2013г.	молоко питьевое	176	176					
	сахар	4	4					
	масло сливочное	5	5					
Чай с сахаром			200	0,1	0	13,1	53	1,32
№493	чай	0,5	0,5					
2013г.	сахар	13	13					
	вода питьевая	200	200					
Иогуртный продукт в инд. упаковке			100	6,3	12,5	14	104	20,15
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	2	0,4	10	51	1,67
Хлеб пшеничный обогашённый № 108 2013г.			30	2,4	0,3	11,4	58	2,26
ИТОГО				26,2	29,8	93,5	658	59,42
ОБЕД								
Кукуруза консервированная (порциями)			100	4,8	0,2	7,8	53	30,37
1996г.	кукуруза консервированная							
	(после термич. обработ)	167	100					
Уха рыбацкая			250/40	6,8	5,9	10,2	121	20,14
№181	картофель	80	60					
1996г.	лук репчатый	19	16					
	масло сливочное	5	5					
	минтай потрош. обезгл.	66	49					
Фрикадельки из говядины, тушённые в соусе			100	10,1	15,1	13	228	36,22
№392	говядина 1 категории	84	62					
2013г.	или мясо к/к	73	62					
	или фарш пром. пр-ва	62	62					
	хлеб пшенич. обогаш.	13	13					
	молоко питьевое	21	21					
	масло растительное	5	5					
	масса готового изделия		80					
	соус сметанный		20					
№442	сметана	8	8					
2013г.	мука пшеничная	2	2					
	вода питьевая	12	12					
Каша гречневая рассыпчатая			180	5,2	5,5	24,7	169	12,60
№237	крупа гречневая	46	46					
2013г.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	8	8					
Напиток из шиповника с витамином С			200	0,7	0,2	26,6	112	9,55
№519	шиповник	30	30					
2013г.	сахар	15	15					
	вода	220	220					
	витамин С							
Хлеб пшеничный обогашённый № 108 2013г.			41	4,8	0,6	22,8	116	3,10
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,2	34	141	18,20
ИТОГО				33,2	27,7	139,1	940	130,18
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ				59,4	57,5	232,6	1598	189,60

Повар-бригадир

[Handwritten signature]

День: среда
Неделя: вторая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Цена, р
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	8,1	12,3	48,3	336	61,15
№313	творог	141	140					
2013а	мука пшеничная	13	13					
	или крупа манная	9,7	9,7					
	сахар	9,7	9,7					
	яичный порошок	1,26	1,26					
	молоко	36	36					
	масло сливочное	5,2	5,2					
	сухари пшеничные	5,2	5,2					
	сметана	5,2	5,2					
	ванилин	0,02	0,02					
	молоко сгущённое	10	10					
Кофейный напиток			200	1,9	1,7	17	91	6,79
№501	кофейный напиток	3	3					
2013а	сахар	15	15					
	молоко питьевое	50	50					
	вода	150	150					
Хлеб ржано-пшеничный № 110 2013а			20	1,3	0,2	6,7	34	1,11
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013а			20	1,6	0,2	7,6	39	1,61
ИТОГО				12,9	14,4	79,6	500	70,56
ОБЕД								
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметано			250/10/5	4,5	5,6	9,5	106	22,86
№142	говядина 1 категории	22	16					
2013г	или мясо к/к	19	16					
	капуста свежая	63,0	50					
	картофель	40	30					
	морковь	16	13					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	5	5					
Гуляш			100	12,5	10,5	4	161	64,03
№367	говядина 1 категории	107	79					
2013а	или мясо к/к	93	79					
	масло растительное	5	5					
	лук репчатый	12	10					
	томатная паста	1,6	1,6					
	мука пшеничная	2	2					
Макаронные изделия отварные			150	5,5	5,8	47,2	263	7,55
№291	макаронные изделия	51	51					
2013а	масло сливочное	6,75	6,75					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,2	34	141	18,20
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013а			48	6,4	0,8	30,4	154	3,62
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а			50	3,3	0,6	16,7	85	2,78
ИТОГО				33	23,5	141,8	910,00	119,04
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				45,9	37,9	221,4	1410,00	189,60

Повар-бригадир _____

День: четверг
Неделя: вторая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Углеб.		
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным и сыром			20/5/20	7,3	10,9	33,9	181	23,87
№90	хлеб пшен. обогащ.	20	20					
2013г.	масло сливочное	5	5					
	сыр твёрдый	21	20					
Каша "Дружба", с маслом сливочным			200/5	5,9	6,4	29	197	19,40
№260	крупа рисовая	15	15					
2013г.	крупа пшено	11	11					
	молоко питьевое	176	176					
	сахар	4	4					
	масло сливочное	5	5					
Чай с молоком			200	2,3	1,8	18,5	99	1,85
№495	чай	0,5	0,5					
2013г.	сахар	15	15					
	молоко питьевое	50	50					
	вода питьевая	150	150					
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	6,3	12,5	14	104	26,00
Хлеб ржано-пшеничный № 110 2013г.			40	1,3	0,2	6,7	34	2,22
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			35	1,6	0,2	7,6	39	2,61
ИТОГО				24,7	32	89,1	654	75,95
ОБЕД								
Рассольник домашний с мясом и сметаной			250/10/5	4,6	6,1	13,2	126	25,69
№132	говядина 1 категории	22	16					
2013г.	или мясо к/к	19	16					
	капуста свежая	25	20					
	картофель	86	65					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	огурцы солёные (без уксуса)	27	15					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	5	5					
Кура запечённая			120	20,2	21,4	1,4	279	48,49
№494	курица потрош. 1 катег	180	161					
2004г.	или грудка кур. на кости	167	161					
	или бедро куриное	167	161					
	томатная паста	2	2					
	чеснок свежий	3	2					
	масло растительное	5	5					
Капуста тушёная			180	3,1	8,2	21,7	173	11,46
№423	капуста свежая	263	210					
2013г.	морковь	6,3	5					
	томатная паста	3,6	3,6					
	лук репчатый	8	7					
	мука пшеничная	1,6	1,6					
	масло растительное	9	9					
	сахар	0,9	0,9					
Компот из сухофруктов с витамином С			200	0,4	0	32,5	132	4,01
№508	сухофрукты	25	25					
2013г.	сахар	15	15					
	вода	200	200					
	витамин С							
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,8	0,2	34	141	18,20
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.			40	3,2	0,4	15,2	77	3,02
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	3,3	0,6	16,7	85	2,78
ИТОГО				35,6	36,9	134,7	1013	113,65
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ				60,3	68,9	223,8	1667	189,60

Повар-бригадир

Маш

День: пятница
Неделя: вторая

Утверждаю
Директор



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭН-ккал	
ЗАВТРАК								
Булочка с маслом сливочным с джемом или повидлом			20/5/20	1,8	4,7	21,6	136	8,93
№95 хлеб пшен. обогащ.	20	20						
2013г. масло сливочное	5	5						
джем или повидло	20,2	20						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным								
№264 крупа пшеничная	40	40	200/5	7,3	9,4	31	238	18,72
2013г. сахар	4	4						
молоко питьевое	168	168						
масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном								
№494 чай	0,5	0,5	200/5	0,2	0	15,7	64	2,81
2013г. вода	200	200						
сахар	15	15						
лимон	7	5						
Иогуртный продукт в инд. упаковке								
			95	12,6	25	28	208	26,00
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.								
			40	3,2	0,4	15,2	77	3,02
Хлеб ржано-пшеничный № 110 2013г.								
			20	1,3	0,2	6,7	34	1,11
ИТОГО								
				26,4	39,7	118,2	757	60,59
ОБЕД								
Овощи консервированные (порциями) 1996г.								
			80	1	0,2	1,8	13	22,32
огурцы конс. (без уксуса)	145	80						
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной								
			250/20/5	5,2	6,6	22,2	169	35,96
№126 говядина 1 категории	44	32						
2013г. или мясо к/к	38	32						
свекла	50	40						
капуста свежая	25	20						
картофель	27	20						
морковь	12,5	10						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	2,8	2,8						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
Шницель рыбный натуральный, с маслом сливочным								
			100/5	13,1	15,9	11,8	243	29,50
№345 минтай потрош. обезгл.	128	85						
2013г. или фарш пром. пр-ва	85	85						
лук репчатый	24	20						
молоко питьевое	11	11						
яичный порошок	1,96	1,96						
мука пшеничная	12	12						
масло растительное	8,5	8,5						
масло сливочное	5	5						
Картофельное пюре								
			180	3,5	5,3	25,5	164	15,73
№429 картофель	205	154						
2013г. молоко питьевое	29	29						
масло сливочное	7	7						
Сок в индивидуальной упаковке								
			200	0,8	0,2	34	141	18,20
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			50	3,3	0,6	16,7	85	2,78
Хлеб пшеничный обогащённый № 108 2013г.								
			60	4,8	0,6	22,8	116	4,52
ИТОГО								
				31,7	29,4	134,8	931,00	129,01
ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ								
				58,1	69,1	253	1688,00	189,60

Повар-бригадир

Иванов