

с 7 до 12 лет (с 28.03.22)

1 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Именности состав			Цена, р		
			Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
ЗАВТРАК								
Масло сливочное порциями №105 2013г.								
масло сливочное	10	10	1,8	9,9	111	10,61		
Каша молочная кукурузная, маслом сливочным								
№265 крупа кукурузная	25	25						
2013г. молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	135	135						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком								
№496 какао-порошок	3,75	3,75	200	3,8	3,5	25	147	8,73
2013г. сахар	20	20						
молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	150	150						
Йогуртный продукт в инд. упаковке								
			95	3,15	6,25	7	104	29,59
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.								
			30	1	0,5	22	97	2,73
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			30	1,75	1,05	26,6	119	2,02
ИТОГО			17	24,3	117,5	761	66,10	
ОБЕД								
Рассольник "Домашний", с курицей и сметаной								
			250/15/5	5,3	5,8	12,2	122	38,09
№132 курица потрош. 1 категори								
2013г. (разделка мякоть без к	45	40						
или филе кур. пром. пр	25	24						
или грудка кур. на кости	35	24						
или бедро куриное	35	24						
капуста свеж. белокоча	28	22						
картофель	100	75						
морковь	11,25	9						
лук репчатый	12	10						
огурцы сол. без уксуса	25	14						
масло растительное	6	6						
сметана	10	10						
Котлеты, биточки мясные								
			100	12,4	12,6	15,8	263	55,12
№381 мясо к/к	90	76						
2013г. или фарш мясн. пром. л	76	76						
хлеб пшеничный витам	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	10,7	9						
яичный порошок	2,52	2,52						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки ли	2	2						
Каша гречневая рассыпчатая								
			150	4,8	6,1	29,2	191	12,58
№237 крупа гречневая	38	38						
2013г. вода питьевая	120	120						
масло сливочное	5	5						
Компот из кураги с витамином С								
			200	0,6	0	18,7	77	12,23
№512 курага	20	20						
2013г. сахар	6	6						
вода питьевая	211	211						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			30	1,75	1,05	26,6	119	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.								
			38	1	0,5	22	97	3,46
ИТОГО			25,85	26,05	124,5	869	123,50	
ИТОГ ЗА 1 ДЕНЬ			42,85	50,35	242	1630	189,60	

Повар-бригадир _____

2 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р	
			Вит. С	Белки	Жиры	Угл. г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК								
Сыр твердый порциями №100 2013г.								
сыр твердый	21	20				10,7	147	12,38
Каша молочная манная, с маслом сливочным								
№262 крупа манная	20	20						
2013г. молоко питьевое	52	52						
вода питьевая	139	139						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай зеленый с сахаром								
№493 чай зеленый	2	2	200	3,2	2,7	15,9	101	2,15
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный витаминизированный № 108 2013г.								
			50	1,4	0,7	30,8	136,5	4,55
ИТОГО								
				14	20,2	85,4	580,5	31,19
ОБЕД								
Суп гороховый с мясом								
№144 мясо к/к	29	25	250/15	9,9	6,7	31,8	227	40,32
2013г. горох	21	21						
картофель	73	55						
морковь	17,5	14						
лук репчатый	14	12						
масло сливочное	6	6						
Жаркое по-домашнему								
2013г. говядина к/к	96	81	250	14,2	15,9	29,9	320	104,74
2013г. или свинина мясная к/к	87	74						
масса отварного мяса								
картофель	259	195						
морковь	35	28						
лук репчатый	14	12						
масло растительное	10	10						
Компот из смеси сухофруктов с витамином С								
№508 сухофрукты	25	25	200	0,5	0	18,8	77	7,81
2013г. сахар	9	9						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			42	1,75	1,05	26,6	119	2,81
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.								
			30	1	0,5	22	97	2,73
ИТОГО								
				27,35	24,15	129,1	840	158,41
ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ								
				41,35	44,35	214,5	1420,5	189,60

Повар-бригадир _____

3 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход				ЭЦ, ккал	Цена, р
			г	г	г	г		
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/5	0,6	0,1	1,75	292	88,09
№313 творог	144	143						
2013а. крупа манная	11	11						
вода питьевая для каш	36	36						
яичный порошок	3,27	3,27						
сахар	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
молоко сгущённое с саха	5	5						
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	9,47
№493 чай	1	1						
2013а. шиповник	15	15						
сахар	10	10						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			20	1,4	0,7	30,8	136,5	1,82
ИТОГО				17,1	11,8	72,35	511,4	99,38
ОБЕД								
Щи из свежей капусты со сметаной			250/5	6,1	7,2	7,8	120	14,47
№142 капуста свеж.белокочан	63	50						
2013а. картофель	47	35						
морковь	18,75	15						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	1,6	1,6						
масло растительное	6	6						
сметана	5	5						
Котлеты, биточки мясные			100	12,4	12,6	15,8	263	55,12
№381 мясо к/к	90	76						
2013а. или фарш мясн. пром. т	76	76						
хлеб пшеничный витам	18	18						
молоко питьевое	9	9						
лук репчатый	10,7	9						
яичный порошок	2,52	2,52						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки л	2	2						
Макаронные изделия отварные			150	3,5	4,9	36,8	206	9,79
№291 макаронные изделия	53	53						
2013а. масло сливочное	5	5						
Компот из изюма			200	0,3	0	20,1	81	6,91
№512 изюм	16	15						
2013а. сахар	15	15						
вода питьевая	207	207						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			58	1,17	0,17	18,8	85	3,93
ИТОГО				23,47	24,87	99,3	755	90,22
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ				40,57	36,67	171,65	1266,4	189,60

Повар-бригадир _____

4 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г		
ЗАВТРАК								
Сыр твердый порциями №100 2013г.			10			14,9	122	12,38
сыр твердый	11	10						
Суп молочный с крупой			200	4,72	7,12	20,64	182	13,42
№164 молоко питьевое	100	100						
2013г. вода питьевая	110	110						
крупa рис	12	12						
сахар	2	2						
масло сливочное	2	2						
Чай зеленый с сахаром			200	3,2	2,7	15,9	101	2,15
№493 чай зеленый	2	2						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,75	1,05	26,6	119	1,35
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			38	1,2	0,6	26,4	116	3,46
ИТОГО				15,97	14,97	78,04	524	32,76
ОБЕД								
Суп картофельный с овощами, мясом и сметаной			250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	39,69
№1.72 мясо к/к	29	25						
1995г. картофель	149	112						
морковь	18,75	15						
лук репчатый	9,5	8						
масло сливочное	6	6						
томатная паста	1,2	1,2						
сметана	5	5						
Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"			120	14,6	12	0,6	169	87,17
№494 курица потрошенная 1 к	200	179						
2004г. или грудка куриная на к	188	179						
или бедро куриное	188	179						
томатная паста	1,6	1,6						
чеснок	0,5	0,4						
масло растительное	10	10						
Рис припущенный			150	3,1	3,8	25,4	148	14,99
№415 крупa рисовая	53	53						
2013г. вода питьевая	110	110						
масло сливочное	5	5						
Компот из смеси сухофруктов с витамином С			200	0,5	0	18,8	77	7,81
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	9	9						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,75	1,05	26,6	119	3,37
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			42	1,2	0,6	26,4	116	3,81
ИТОГО				21,15	17,45	97,8	629	156,84
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ				37,12	32,42	175,84	1153	189,60

Повар-бригадир _____

5 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г		
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным и сыром			20/10/10	1,5	9,7	10,7	147	24,91
№90,93 хлеб пшеничный витам	20	20						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр твёрдый	11	10						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			200/5	7,5	6,2	20,8	169	12,11
№264 крупа пшеничная	24	24						
2013г. молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	136	136						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,42
№501 кофейный напиток	4	4						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	150	150						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			40	1,4	0,7	30,8	136,5	3,64
ИТОГО				16,4	19,3	78,2	553,5	49,08
ОБЕД								
Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной			250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	44,19
№111 мясо к/к	29	25						
2004г. свекла	56,25	45						
капуста свежая белокоч	28	22						
картофель	20	15						
фасоль	15	15						
морковь	18,75	15						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	6	6						
сахар	0,5	0,5						
сметана	5	5						
Рыба запечённая			100	17,5	13,9	3,1	208	68,79
№310 минтай потрошен обезл	153	113						
1996г. или филе минтая с/м	113	113						
сухари пшеничные	4	4						
масло растительное	6	6						
Картофельное пюре			150	3,9	5,9	26,7	176	17,19
№429 картофель	170	128						
2013г. молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Компот из изюма			200	0,3	0	20,1	81	6,91
№512 изюм	16	15						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	207	207						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			51	1,75	1,05	26,6	119	3,44
ИТОГО				31,35	26,55	88,6	715	140,52
ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ				47,75	45,85	166,8	1268,5	189,60

Повар-бригадир _____

6 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р	
				Берщ	Жиры	Углеб. г			
ЗАВТРАК									
Сыр твердый порциями №100 2013г.			10	6,3	102	14,9	122	11,30	
сыр твердый	11	10							
Каша молочная манная, с маслом сливочным			200/5	5,1	7,1	28	196	17,32	
№262 крупа манная	20	20							
2013г. молоко питьевое	102	102							
вода питьевая	87	87							
сахар	3	3							
масло сливочное	5	5							
Чай "Витаминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	9,83	
№493 чай	1	1							
2013г. шиповник	15	15							
сахар	10	10							
вода питьевая	200	200							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	0,7	0,4	11,3	51	2,69	
ИТОГО				12,8	11,7	74	451,9	41,14	
ОБЕД									
Суп картофельный с макаронными изделиями, с куриц			250/15	4,9	6,3	21,2	161	29,96	
№147 курица потрошенная 1 к	45	40							
2013г. или грудка куриная на к	35	24							
или бедро куриное	35	24							
картофель	100	75							
макаронные изделия	12	12							
морковь	15	12							
лук репчатый	14	12							
масло сливочное	6	6							
Говядина или свинина, тушеная с капустой			200	12,8	19,8	21,4	316	108,78	
№365 говядина к/к	87	74							
2013г. или свинина мясная	87	74							
лук репчатый	12	11							
масло растительное	10	10							
капуста свежая белоко	206	165							
морковь	18	15							
томатная паста	2	2							
мука пшеничная	4	4							
сахар	3	3							
Компот из смеси сухофруктов с витамином С			200	0,5	0	18,8	77	6,05	
№508 сухофрукты	25	25							
2013г. сахар	9	9							
вода питьевая	200	200							
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			40	1,2	0,6	26,4	122	3,67	
ИТОГО				19,4	26,7	87,8	676	148,46	
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ					32,2	38,4	161,8	1127,9	189,60

Повар-бригадир _____

7 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угле, г			
ЗАВТРАК									
Бутерброд с маслом сливочным			20/10				111	13,01	
№93 хлеб пшеничный витам	20	20							
2013г. масло сливочное	10	10							
Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным			200/5	5,5	6,7	24,5	180	18,31	
№260 крупа рисовая	15	15							
2013г. крупа пшено	11	11							
молоко питьевое	102	102							
вода питьевая	72	72							
сахар	3	3							
масло сливочное	5	5							
Чай с сахаром			200	2,8	2,5	19,9	113	2,84	
№494 чай	1	1							
2013г. сахар	15	15							
вода питьевая	200	200							
Иогуртный продукт в инд. упаковке			95	3,15	6,25	7	104	26,78	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,75	1,05	26,6	119	1,35	
Хлеб пшеничный витаминизированный № 108 2013г.			20	1,4	0,7	30,8	136,5	1,82	
ИТОГО					14,6	17,2	108,8	652,5	64,11
ОБЕД									
Суп картофельный с бобовыми, с мясом и сметаной			250/15/10	7,7	6,3	12,5	138	49,73	
№144 мясо к/к	29	25							
2013г. картофель	67	50							
морковь	12,5	10							
лук репчатый	12	10							
горошек зеленый консерв	15	10							
капуста свежая белокоч	38	30							
масло сливочное	6	6							
сметана	10	10							
Тфтели, запеченные в молочном соусе			100	14	14,4	10,5	227	52,91	
№388 свинина мясная	63	54							
2013г. или говядина к/к	64	54							
или фарш мясной пром	54	54							
хлеб пшеничный	10	10							
яичный порошок	1,12	1,12							
молоко питьевое	14	14							
масло растительное	3	3							
лук репчатый	35	29							
мука пшеничная	6	6							
соус молочный для запекания									
№434 молоко питьевое	50	50							
2013г. мука пшеничная	4	4							
масло сливочное	4	4							
масло растительное для смазки ли	3	3							
Фарфале отварные			180	4,2	5,9	44,2	247	13,60	
№516 мак.изд. в виде бабочек	61	61							
2004г. масло сливочное	5	5							
Компот из изюма с витамином С			200	0,3	0	20,1	81	7,89	
№512 изюм	16	15							
2013г. сахар	15	15							
вода питьевая	207	207							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,7	0,39	30	136	1,36	
ИТОГО					27,9	26,99	117,3	829	125,49
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ					42,5	44,19	226,1	1481,5	189,60

Повар-бригадир _____



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Живячевский филиал				ЭЦ, ккал	Цена, р
			Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			100/10				292	63,42
№313	творог	94	93					
2013г.	крупа манная	6	6					
	вода питьевая для каш	24	24					
	яичный порошок	0,8	0,8					
	сахар	6,5	6,5					
	ванилин	0,01	0,01					
	сметана	3,5	3,5					
	сухари пшеничные	4,3	4,3					
	масло сливочное для смазки листа	3	3					
	масса готовой запеканки		100					
	молоко сгущенное с саха	10	10					
Цикорий с сахаром			200	3,2	2,7	15,9	101	3,38
№689	цикорий	2,5	2,5					
2004г.	сахар	15	15					
	вода питьевая	217	217					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	0,9	0,5	14	64	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			40	1,2	0,6	26,4	116	3,64
ИТОГО				20,3	14,8	78,05	573	72,46
ОБЕД								
Суп крестьянский с крупой и сметаной			250/10	7,9	5,8	15,5	146	19,41
№154	капуста свежая белоко	40	32					
2013г.	картофель	37	28					
	крупа перловая	10	10					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	6	6					
	сметана	10	10					
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом			90/40	18,9	8,3	9,8	190	59,20
№347	филе минтая с/м	103	84					
2013г.	хлеб пшеничный витам	14	14					
	молоко питьевое	14	14					
	яичный порошок	1,96	1,96					
	мука пшеничная	7	7					
соус сметанный с томатом							40	
№444	сметана	15	15					
2013г.	мука пшеничная	3	3					
	вода питьевая	25	25					
	томатная паста	1,6	1,6					
	масло растительное для смазки ли	3	3					
Картофельное пюре			180	3,9	5,9	26,7	176	20,47
№429	картофель	205	154					
2013г.	молоко питьевое	29	29					
	масло сливочное	7	7					
Компот из кураги с витамином С			200	0,6	0	18,7	77	13,29
№512	курага	20	20					
2013г.	сахар	6	6					
	вода питьевая	211	211					
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			52	1,2	0,6	26,4	116	4,77
ИТОГО				32,5	20,6	97,1	705	117,14
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				52,8	35,4	175,15	1278	189,60

Повар-бригадир _____

9 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Углеб., г		
ЗАВТРАК								
Сыр твердый порциями №100 2013г.			15	4,3	9,7	170	147	16,95
сыр твердый	16	15						
Суп молочный с крупой			200	4,7	15,6	128	13,48	
№164 молоко питьевое	100	100						
2013г. вода питьевая	110	110						
крупя рисовая	12	12						
сахар	2	2						
масло сливочное	2	2						
Чай с сахаром			200	2,8	2,5	19,9	113	2,84
№494 чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,75	1,05	26,6	119	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			30	1,4	0,7	30,8	136,5	2,73
ИТОГО				10,65	9,45	92,9	496,5	38,02
ОБЕД								
Суп картофельный с овощами, со сметаной			250/10	7,2	5,9	19,9	162	19,70
№1.72 картофель	149	112						
1995г. морковь	18,75	15						
лук репчатый	9,5	8						
масло сливочное	6	6						
томатная паста	1,2	1,2						
сметана	10	10						
Печень, тушенная в соусе			90/50	11,5	11,1	5	166	106,30
№401 печень говяжья	162	134						
2013г. мука пшеничная	4	4						
масло растительное	4	4						
масса тушеной печени			90					
соус сметанный			50					
№442 сметана	12,5	12,5						
2013г. мука пшеничная	1,3	1,3						
вода питьевая	40	40						
масло сливочное	1,3	1,3						
Макаронные изделия отварные			150	3,5	4,9	36,8	206	12,34
№291 макаронные изделия	53	53						
2013г. масло сливочное	7	7						
Компот из смеси сухофруктов с витамином С			200	0,5	0	18,8	77	6,05
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	9	9						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	1,75	1,05	26,6	119	2,69
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			49	1,4	0,7	30,8	136,5	4,50
ИТОГО				25,85	23,65	137,9	866,5	151,58
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ				36,5	33,1	230,8	1363	189,60

Повар-бригадир _____

10 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р	
			Выход, г	Жиры, г	Углеб., г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК								
Каша молочная из овсян. хлопьев "Геркулес", с маслом			200	3,2	2,7	15,9	101	2,15
№266	хлопья "Геркулес"	25	25					
2013г.	молоко питьевое	52	52					
	вода питьевая	132	132					
	сахар	3	3					
	масло сливочное	5	5					
Чай зеленый с сахаром			200	3,2	2,7	15,9	101	2,15
№493	чай зеленый	2	2					
2013г.	сахар	15	15					
	вода питьевая	200	200					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,75	1,05	26,6	119	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			30	1,4	0,7	30,8	136,5	2,73
ИТОГО				13,85	12,15	99,3	559,5	18,37
ОБЕД								
Рассольник "Домашний" с мясом и сметаной			250/10/10	6,8	6,5	15,4	147	40,47
№134	говядина к/к	19	16					
2013г.	или свинина мясная	19	16					
	картофель	100	75					
	капуста свежая	28	22					
	морковь	11	9					
	лук репчатый	12	10					
	огурцы солен. без уксус	25	14					
	масло растительное	6	6					
	сметана	10	10					
Котлета по-хлыновски			100	14,1	14,8	12,7	240	59,99
№454	говядина 1 категории	116	85					
2004г.	или говядина к/к	100	85					
	или фарш мясной пром	85	85					
	картофель	27	20					
	лук репчатый	14	12					
	яичный порошок	2,52	2,52					
	сухари панировочные	9	9					
	масло растительное	2	2					
Капуста тушеная			180	4,6	6,2	14	130	36,47
№423	капуста свежая	237	190					
2013г.	морковь	36	29					
	томатная паста	1,44	1,44					
	лук репчатый	14	12					
	масло растительное	7	7					
	мука пшеничная	2,16	2,16					
	сахар	0,12	0,12					
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	30,77
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			39	1	0,5	22	97	3,53
ИТОГО				27	28	98,1	752	171,23
ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ				40,85	40,15	197,4	1311,5	189,60

Повар-бригадир _____

11 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Цена, р
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеб. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Масло сливочное порциями №105 2013г.			10	7,8	7,16	9,9	111	10,61
масло сливочное	10	10						
Каша молочная кукурузная, с маслом сливоч			200/5			27	183	16,89
№265 крупа кукурузная	25	25						
2013г. молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	85	85						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			200	3,2	2,7	15,9	101	2,84
№494 Чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	3,15	6,25	7	104	31,07
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			30	1	0,5	22	113	2,73
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	0,7	0,4	11,3	51	2,02
ИТОГО				13,55	15,75	83,2	552	66,16
ОБЕД								
Уха с крупой			250/50	18,1	10,1	14	219	55,42
№152 филе минтая с/м	77	62						
2013г. картофель	100	75						
крупка рисовая	9	9						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
Курица, в соусе с томатом			100	14,1	15,6	1,8	204	36,69
№405 курица потрошенная	146	130						
2013г. или грудка куриная	73	70						
или филе куриное	69	65						
или бедро куриное	73	70						
масло растительнс	4	4						
лук репчатый	9,5	9,5						
томатная паста	4	4						
мука пшеничная	2	2						
чеснок	1,2	0,9						
морковь	10	8						
вода питьевая	50	50						
Картофельное пюре			150	3,9	5,9	26,7	176	18,88
№429 картофель	170	128						
2013г. молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	6	6						
Компот из сухофруктов с витамином С			200	0,5	0	18,8	77	7,73
№508 ухифрукты	25	25						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,7	0,4	11,3	51	1,35
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			37	1	0,5	22	113	3,37
ИТОГО				38,3	32,5	94,6	840	123,44
ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ				51,85	48,25	177,8	1392	189,60

Повар-бригадир _____

12 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р	
			Выход	Белок, г	Жиры, г	Углеб., г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК								
Бутерброд с маслом сливочным			20/10			111	12,16	
№93 хлеб пшеничный в	20	20						
2013г. масло сливочное	10	10						
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным			200/5	7,6	8,2	20,7	187	20,89
№255 крупа рис	31	31						
2013г. молоко питьевое	118	118						
вода питьевая	60	60						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Цикорий с сахаром			200	3,2	2,7	15,9	101	3,38
№689 цикорий	2,5	2,5						
2004г. сахар	15	15						
вода питьевая	217	217						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			30	0,4	0,2	8,8	39	2,73
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	0,5	0,3	7,6	34	2,69
ИТОГО				13,5	18,5	62,9	472	41,85
ОБЕД								
Свекольник с мясом, со сметаной			250/20/10	7,7	6,3	21	172	40,21
№131 говядина к/к	38	32						
2013г. или свинина мясна	38	32						
свекла	80	64						
картофель	57	43						
морковь	12,5	10						
лук репчатый	13	11						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	6	6						
сахар	1	1						
сметана	10	10						
Гречка по-купечески с мясом			250	15,3	18,4	37,7	378	67,33
№4/8 говядина к/к	93	79						
2011г. или свинина мясна	87	74						
масло растительное	4	4						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	10	10						
лук репчатый	14	12						
морковь	31,25	25						
Компот из свежих плодов			200	0,2	0	20,6	83	9,94
№507 яблоки свежие	45,6	40						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	23,40
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	0,5	0,3	7,6	34	2,69
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			46	0,4	0,2	8,8	39	4,18
ИТОГО				24,6	25,2	129,7	844	147,75
ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ				38,1	43,7	192,6	1316	189,60

Повар-бригадир _____

13 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Цена, р	
			Выход, шт	Белки, г	Жиры, г	Углеб. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК									
Сыр твердый порциями №100 2013г.			15	2,2	9,7	10,7	147	16,95	
сыр твердый	16	15							
Суп молочный с макаронными изделиями			200	6,4	11,9	19,3	174	13,74	
№165 макаронные издел	16	16							
2013г. молоко питьевое	100	100							
вода питьевая	84	84							
сахар	2,5	2,5							
масло сливочное	2,5	2,5							
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,5	62	4,10	
№494 чай	1	1							
2013г. сахар	15	15							
лимон	6	5							
вода питьевая	200	200							
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	3,15	6,25	7	104	31,07	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	1,17	0,17	18,8	85	2,69	
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			40	1,2	0,6	26,4	116	3,64	
ИТОГО					12,02	14,92	87	541	72,19
ОБЕД									
Суп картофельный с крупой, с мясом			250/20	7,7	5,9	21,1	168	32,97	
№138 мясо к/к	38	32							
2004г. крупа перловая	6	6							
картофель	100	75							
лук репчатый	12	10							
морковь	12,5	10							
масло сливочное	6	6							
Котлета рыбная натуральная запеченая, с ма			100/10	13,9	16,3	7,6	233	46,59	
№9/7 фарш рыбный проф	105	105							
2011г лук репчатый	9,5	8							
яичный порошок	5,04	5,04							
мука пшеничная	7	7							
масло растительнс	3	3							
масло сливочное	10	10							
Овощи припущенные			150	2,2	3,8	20,3	124	20,35	
№524 морковь	81,25	65							
2004г. лук репчатый	18	15							
картофель	109	82							
мука пшеничная	3	3							
масло сливочное	5	5							
Компот из кураги с витамином С			200	0,6	0	18,7	77	13,41	
№512 курага	20	20							
2013г. сахар	6	6							
вода питьевая	211	211							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,17	0,17	18,8	85	1,35	
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			30	1,2	0,6	26,4	116	2,74	
ИТОГО					25,57	26,17	86,5	687	117,41
ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ					37,59	41,09	173,5	1228	189,60

Повар-бригадир _____

14 ДЕНЬ

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				ЭЦ, ккал	Цена, р
			Бел и, г	Жиры, г	Угл, г	Соль, г		
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком								
№313 творог	115	114						
2013г. крупа манная	9	9						
вода питьевая для	29	29						
яичный порошок	2,62	2,62						
сахар	5	5						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	5	5						
сухари пшеничные	5	5						
масло сливочное для смазки	3	3						
масса готовой запеканки		120						
молоко сгущённое с	5	5						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15,5	62	2,84
№493 чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			20	1,2	0,6	26,4	116	1,82
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,35
ИТОГО				19,9	13,7	75,6	504	79,26
ОБЕД								
Борщ с мелкошинков. овощами, с курицей и с								
№1.78 курица потрошен.	45	40	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	37,41
1995г. или грудка курин на	35	24						
или бедро куриное	35	24						
свекла	53,75	43						
капуста свежая	31	25						
картофель	33	25						
морковь	18,75	15						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
томатная паста	3,2	3,2						
сметана	5	5						
Биточки рубленные из птицы запеченые			90	11,4	15,2	11,2	227	41,92
№412 филе куриное пром	63	60						
2013г. хлеб пшеничный ви	17	17						
лук репчатый	9,5	8						
яичный порошок	1,82	1,82						
молоко питьевое	18	18						
мука пшеничная	5,5	5,5						
масло растительное для сме	2	2						
Рис припущенный			150	3,8	7,3	20,8	164	16,84
№415 крупа рисовая	53	53						
2013г. масло сливочное	5	5						
Кисель из концентрата с витамином С			200	0,3	0,2	21,5	89	7,32
№503 кисель	24	24						
2013г. сахар	10	10						
вода питьевая	190	190						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108			46	1,2	0,6	26,4	116	4,15
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	1,17	0,17	18,8	85	2,70
ИТОГО				23,07	29,37	110,9	804	110,34
ИТОГ ЗА 14 ДЕНЬ				42,97	43,07	186,5	1308	189,60

Повар-бригадир _____

15 ДЕНЬ



Наименование блюда	Брутто, г		Нетто, г		Выход	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
						Белки	Жиры	Углеб.		
ЗАВТРАК										
Бутерброд с маслом сливочным					20/10	1,8	7,4	8,8	111	12,16
№93	хлеб пшеничный ви	20	20							
2013г.	масло сливочное	10	10							
Каша молочная пшенная, с маслом сливочн					200/5	6,6	7,4	23,7	188	18,38
№267	крупа пшено	30	30							
2013г.	молоко питьевое	112	112							
	вода питьевая	68	68							
	сахар	3	3							
	масло сливочное	5	5							
Чай "Витаминный"					200	0,7	0,1	19,8	82,9	9,90
№493	чай	1	1							
2013г.	шиповник	15	15							
	сахар	10	10							
	вода питьевая	200	200							
Хлеб пшеничный витаминизированный №108					20	1	0,5	22	97	1,82
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.					20	1,17	0,17	18,8	85	1,35
ИТОГО						9,47	8,17	84,3	452,9	43,61
ОБЕД										
Суп картофельный с макаронными изделиям					250/15	4,9	6,3	21,2	161	31,06
№147	курица потрошенная	45	40							
2013г.	или грудка куриная	35	24							
	или бедро куриное	35	24							
	картофель	100	75							
	макаронные издел	12	12							
	морковь	15	12							
	лук репчатый	14	12							
	масло сливочное	6	6							
Рыба запеченая, с маслом сливочным					100/5	17,5	13,9	3,1	208	82,09
№310	филе минтая с/м	113	113							
1996г.	сухари панировочн	4	4							
	масло растительно	6	6							
	масло сливочное	5	5							
Картофельное пюре					150	3,9	5,9	26,7	176	18,88
№429	картофель	170	128							
2013г.	молоко питьевое	24	24							
	масло сливочное	6	6							
Компот из сухофруктов с витамином С					200	0,5	0	18,8	77	7,73
№508	сухофрукты	25	25							
2013г.	сахар	15	15							
	вода питьевая	200	200							
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.					30	1,17	0,17	18,8	85	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108					46	1	0,5	22	97	4,21
ИТОГО						24,07	20,47	89,4	643	145,99
ИТОГО ЗА 15 ДЕНЬ						33,54	28,64	173,7	1095,9	189,60

Повар-бригадир _____