



## ПРИМЕРНОЕ 15-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(завтрак, обед) для горячего питания обучающихся 12 лет и старше МАОУ КШ № 3 г. Ишима под стоимость 246р. 10к. ежедневно

с 10 марта 2025 года

Разработано на основании рекомендованного примерного 15-ти дневного меню №15-ЛДП/3590-20/99 от 29.03.2021 для питания обучающихся 12 лет и старше (разработчик АУ ТО «ЦТК»).

Утверждаю по оши

Наим	иенование блюда	Брутто, г	Нетто, г	i d	ONE NEW	мический со	став		Цена, р
110000	nonepanine omoga	Dpy110,1	110110,1	Выход, г\\		Жиры, Ұ/	Угл. г	ЭЦ, ккал	цена, р
3ABT	TPAK			DBIXOA I III	O TO	7100gai, 1	7131.1	Оц, ккал	
	ивочное порциями №105	5 2013a.		10	0,05	8,25	0,08	74,8	16,99
	масло сливочное	10	10		1.7	O'S	0,00	74,0	10,55
аша мог	точная кукурузная, масло			250/5	9,5	10,5	36,5	279	18,01
№265	крупа кукурузная	32	32	200/0	0,0	10,0	30,3	213	10,01
2013e.	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	180	180						
	caxap	4	4						
	масло сливочное	5	5						
(акао с м				200	3,8	3,5	25	147	10,68
√2496	какао-порошок	3,75	3,75	200	0,0	0,0	20		10,00
2013e.	caxap	20	20	4	-				
.0700.	молоко питьевое	50	50				-		
	вода питьевая	150	150						
OFVETHE	ый продукт в инд.упаковк		130	100	1,9	3,2	16,8	100	29,22
	эничный витаминизирова		18 2013a	50	3,04	0,32	19,68	94	5,20
	но-пшеничный <i>№110 201</i>		2 20 100.	50	2,64	0,48	13,6	72,4	4,25
the phil	ИТОГО	00.		- 00	20,93	26,25	111,66	767,2	84,35
ОБЕД					20,33	20,25	111,00	101,2	04,55
	<del>1</del> ник "Домашний" с курице	й и систан	OŬ	250/15/10	5,3	5,8	12,2	122	42.60
V2132	курица потрош. 1 катего		l l	230/13/10	0,0	5,6	12,2	122	43,69
2013e.	(разделка мякоть без ко	27	24						
20138.							-		
	или грудка кур. на кости	30	24		-			der application	
	или бедро куриное	30	24			-	- 11		, " F- /-
	окорочок куриный	30	24						
	капуста свеж. белокоча	28	22						
	картофель	100	75						
	морковь	11,25	9				10.59		
	лук репчатый	12	10						
	огурцы сол. без уксуса	25	14						
	масло растительное	6	6						
	сметана	10	10						1
	, биточки мясные			100	12,4	12,6	15,8	263	72,06
Nº451	мясо к/к	98	83						-
2004г.	хлеб пшеничный витамі	18	18				.6		
	молоко питьевое	14	14				798		
	лук репчатый	5,3	4,5						
4 -	яичный порошок	1,2	1,2						11-2
	сухари панировочные	6	6						
	стительное для смазки лис	2	2	-			11 - 1		+5
	чневая рассыпчатая			180	4,8	6,1	29,2	191	18,14
№237	крупа гречневая	85	85						1000
2013г.	вода питьевая	108	108				· in	15	**
	масло сливочное	7	7						
Соквас	сортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб рж	ано-пшеничный <i>№110 20</i> °	13e.		20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
Хлеб пш	еничный витаминизиров	анный №10	08 2013z.	22	1,52	0,16	9,84	47	2,30
	ИТОГО				25,84	24,9	96,24	751,2	161,75
							5		

Повар-бригадир \_\_\_

Наименование блюда Брутто, г Нетто, г Химический состав Цена, р Выход, г Велки, г >KWOW, 1/ Угл. г ЭЦ, ккал **3ABTPAK** Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным 250/5 9.4 CHWIM 11,5 26 245 17,60 Nº264 крупа пшеничная 30 30 2013a молоко питьевое 50 50 вода питьевая 182 182 4 caxap 4 масло сливочное 5 5 Кофейный напиток 200 3,2 2,7 15,9 101 10,33 Nº501 кофейный напиток 4 4 2013г. сахар 10 10 молоко питьевое 50 50 вода питьевая 150 150 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 20 1,52 0,2 9,84 47 2,08 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 20 1,32 0,24 6,8 36,2 1,70 ИТОГО 15,44 14,64 58,54 429,2 31,71 ОБЕД Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК 100 0,83 0,17 1,7 11,5 26,61 100 огурцы конс. без уксуса Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной 250/20/5 7,9 5,7 12,1 131 46,55 TTK мясо к/к 38 32 свекла 56,25 45 капуста свежая белокоч 28 22 картофель 20 15 15 15 фасоль 18,75 15 морковь 12 10 лук репчатый 1,2 1,2 томатная паста масло сливочное 6 6 caxap 0,5 0,5 сметана 5 5 100 Рыба, запеченная со сметаной и сыром 21,4 14,5 233,3 4,3 98,25 TTK филе минтая с/м 150 113 141 113 или минтай с/м мука пшеничная 5 5 10 10 сметана сыр твёрдый 16 15 масло растительное 4 4 180 Картофельное пюре 3,9 26,7 176 5,9 30,48 Nº429 205 154 картофель 2013a. 29 29 молоко питьевое 7 7 масло сливочное Кисель из концентрата 200 0,3 0,2 21,5 89 5,64 Nº503 кисель 24 24 2013a. caxap 10 10 вода питьевая 190 190 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 30 1,32 0,24 6,8 36,2 2,55 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 41 14,76 2,28 0,24 70,5 4,31 ИТОГО 214,39 37,93 26,95 87,86 747,5

53,37

41,59

146,4

1176,7

246,10

Утверждаю

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ

TEGDINA TOMO

Наим	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	/		мичэский с	став		Цена, р
				Выход, г	Бетухи, г	-Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
3AB1	ГРАК				Chin	MNA /			
ыр твер	о <mark>дый порциями №100</mark> 201	3e.		15	3,84	3,92	0	51,45	19,57
	сыр твердый	16	15						
аша мол	почная манная, с маслом	сливочны	M	250/5	7,3	9,8	35	257	23,60
<b>№</b> 262	крупа манная	25	25				1		
2013z.	молоко питьевое	95	95						
	вода питьевая	141	141						
	caxap	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Іай "Вит	аминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	9,15
ТК	чай	1,8	1,8						-
	шиловник	15	15						
	caxap	10	10						
	вода питьевая	200	200						
огуртнь	ый продукт в инд упаковк			95	1,9	3,2	16,6	100	34,32
леб ржано-пшеничный №110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
Слеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				40	1,52	0,16	9,84	47	4,16
	ИТОГО				16,58	17,42	88,04	574,55	94,20
ОБЕД	]					-			
	офельный с макаронным	ии изделия:	ии и курице	250/15	4,9	6,3	21,2	211	31,74
V2147	курица потрошеная 1 ка		24			- '			
2013z.	или грудка куриная на к	30	24						
	или бедро куриное	30	24						
	или окорочок куриный	30	24						
	картофель	100	75						
	макаронные изделия	12	12						
	морковь	15	12						
	лук репчатый	14	12						
	масло сливочное	6	6						
оралии	а или свинина, тушённая			250	12,8	19,8	21,4	316	91,53
V2365	говядина к/к	96	81	250	12,0	13,0	2.1,4	310	31,00
2013e.	или свинина мясная	96	81						
20106.	лук репчатый	16	14						
	масло растительное	12	12						
	капуста свежая белокоч		220						
	морковь	25	20		-				
		7	7						
	томатная ласта	5	5						
		4							
2011 0 000	сахар <b>сортименте</b> №518 2013г.	4	4	200	0.5	0	22.4	92	22 00
		aum iš Nado	18 20125	200	0,5		22,4		23,86
	еничный витаминизиров		0 20138.	30	1,9	0,2	8,5	45,25	3,07
лео рж	ано-пшеничный №110 20	158.		20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
	ИТОГО				21,42	26,54	80,3	700,45	151,90
	4TOT 0 4 6 EEU					40.00	400.04	4077	040.44
V	ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ				38	43,96	168,34	1275	246,10

TREPHOLOGO TO PERSON

Наи	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г			имический С	19		Цена, р	
0.457	ЗАВТРАК			Выход, г	<b>2Б∌лки, г</b>	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
		5.0040			100	3//				
ласло сл	ивочное порциями №10	5 2013e. 15	15	15	0,05 r.V	шим8,25	0,08	74,8	25,49	
(aaa	масло сливочное почная "Дружба", с масл			250/5	0.0	0.4	20.7	210		
<u>√260</u>	крупа рисовая	19	19	250/5	6,9	8,4	28,7	218	26,38	
2013a.	крупа пшено	13	13					-		
.0700.	молоко питьевое	100	100							
	вода питьевая	117	117							
	сахар	4	4							
	масло сливочное	5	5			-				
Кофейнь	ий напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	10,33	
Nº501	кофейный напиток	4	4	200	0,2	2,1	10,0	101	10,55	
2013a.	caxap	10	10						-	
	молоко питьевое	50	50							
	вода питьевая	150	150						_	
Хлеб пше	еничный витаминизиров			20	1,52	0,16	9,84	47	2,08	
	ано-пшеничный №110 20			20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70	
	ИТОГО				12,99	19,75	61,32	477	65,98	
ОБЕД					-,-,-		- 1) WM		00,00	
	овощной			100	0,8	0,1	1,6	10,6	19,88	
Nº71	картофель	33	25		- 1		,-	,•	. 0,00	
2013г.	свекла	23	18							
	морковь	15	12							
	огурец консервир	58	32							
	лук репчатый	17	15							
	масло растительное	5	5							
Суп карт	офельный с бобовыми,	с мясом и с	метаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	47,90	
Nº144	мясо к/к	29	24							
2013e.	картофель	67	50							
	морковь	12,5	10		-					
	лук репчатый	12	10							
	горошек зеленый консе	15	10							
	капуста свежая белокоч	38	30							
	масло сливочное	6	6							
	сметана	5	5							
	, запеченные в молочног	и соусе		100	14	14,4	10,5	227	67,23	
Nº388	свинина мясная	63	54							
2013г.	говядина к/к	64	54							
	хлеб пшеничный витам	10	10							
	яичный порошок	1,12	1,12							
	молоко питьевое	14	14							
	масло растительное	3	3							
	лук репчатый	35	29							
	мука пшеничная	6	6							
	очный для запекания	- 50	50							
№434	молоко питьевое	50	50							
2013г.	мука пшеничная	4	4							
	масло сливочное	4	4							
	стительное для смазки ли	3	3	400	4.0		44.0	6.42	4	
	ные изделия отварные	GA.	C.A	180	4,2	5,9	44,2	247	15,42	
№291	макаронные изделия	64	64							
2013z.	масло сливочное	6	6	000	0.5	-	00.1	00	00.00	
	сортименте №518 2013г.	million in Alaska	0 2012-	200	0,5	0	22,4	92	23,86	
	еничный витаминизиров ано-пшеничный <i>№110 20</i>		00 20138.	40	3,04	0,32	19,68	94	4,13	
ліво ржа		136.		20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70	
	итого				31,56	27,26	117,68	844,8	180,12	
1/	ТОГ ЗА 7 ДЕНЬ				44,55	47,01	179	1321,8	246,10	
					1 44 33	4.7 111			7/Lb 11	

11		F		- 4	CHE	имический со			
наи	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	D. WOE E	Велки, г			011	Цена, р
34B.	ТРАК			Выход, г	релки, г	Жиры, г/	Угл. г	ЭЦ, ккал	
	а из творога, со сгущёны	м молоком		150/10	30 16 -1	MAN 21,3	43,5	486,6	407.24
<u>1</u> 2313	творог	144	143	130/10	10.10	Millin 2.1,0	43,5	400,0	107,34
013z.	крупа манная	11	11						_
0 700.	вода питьевая для каші	36	36						
	яичный порошок	3,27	3,27						
	сахар	6	6						
	ванилин	0,01	0,01	_					
	сметана	6	6						-
	сухари пшеничные	6	6						
аспо сп	ивочное для смазки листа	4	4						
	товой запеканки	-	150						
acca eci	молоко сгущёное с саха	10	10						
ай с сах		10	10	200	0.4		45		0.40
19494	чай	1,8	1,8	200	0,1	0	15	60	3,16
19494 1013a.	сахар	15	15						
0106.	вода питьевая	200	200						
	At .	200	200	40		4.4	44.0	100	
	индивид.упаковке ано-пшеничный №110 201	132		18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
	ано-пшеничный №110 201 еничный витаминизирова		8 20120	20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
neo nu	итого итаминизирова Итого	анный №10	8 2013E.	20	1,52	0,16	9,84	47	2,08
ОБЕ					39,4	25,8	90,04	751,8	122,73
				050/5					
	тьянский с крупой и смет		- 00	250/5	7,9	5,8	15,5	146	19,54
12154	капуста свежая белокоч	40	32						-
013г.	картофель	37	28						
	крупа перловая	10	10						
	морковь	12,5	10		-				
	лук репчатый	12	10						
	масло сливочное	6	6						
	сметана	5	5						
	льки рыбные, с соусом с			90/40	18,9	8,3	9,8	190	62,29
<b>№</b> 347	филе минтая с/м	103	84						
2013e.	или минтай с/м	105	84						
	хлеб пшеничный	14	14						
	молоко питьевое	14	14						
	яичный порошок	1,96	1,96						
	мука пшеничная	7	7						
	танный с томатом		40						
19444	сметана	15	15						
013e.	мука пшеничная	3	3						
	вода питьевая	25	25						
	томатная паста	1,6	1,6						
асло ра	стительное для смазки лис	3	3						
Сартофе	льное пюре			180	3,9	5,9	26,7	176	30,48
<i>\</i> 9429	картофель	205	154						
2013e.	молоко питьевое	29	29						
	масло сливочное	7	7						
	из смеси сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	5,23
<i>1</i> ≥508	сухофрукты	20	20						
013z.	сахар	15	15						
	вода питьевая	200	200						
(леб пш	еничный витаминизиров	анный №10	08 2013 <i>a</i> .	32	4,18	0,44	27,06	129,25	3,28
	ано-пшеничный <i>№110</i> 20 <sup>-</sup>			30	2,64	0,48	13,6	72,4	2,55
	ИТОГО				38,02	20,92	111,46	790,65	123,37
									·
	ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				77,42	46,72	201,5	1542,45	246,10

Спехимический состав Наименование блюда Брутто, г Нетто, г Цена, р Выход, г оберки, г Жирит, г Угл. г ЭЦ, ккал ЗАВТРАК Сыр твердый порциями №100 2013г. 10 MM5,22 0 5.12 68,6 13,04 сыр твердый 11 10 Суп молочный с крупой 250 5,9 25,8 8,9 280 23,40 Nº164 125 125 молоко питьевое 2013a. вода питьевая 137 137 крупа рис 15 15 2,5 2,5 caxap масло сливочное 2,5 2,5 200 Чай с лимоном 0,1 0 15,2 61 4,76 Nº494 1,8 1,8 чай 2013a. 200 вода питьевая 200 15 15 caxap лимон 6 5 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г 20 1,32 0,24 6,8 36,2 1,70 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 20 2,08 1,52 0,16 9,84 47 ИТОГО 13,96 14,52 57,64 492,8 44,98 ОБЕД Овощи конс. без уксуса (огурцы) *ТТК* 60 0,5 0,1 1 6,9 15,96 огурцы конс. без уксуса 60 70 Суп картофельный с овощами, мясом со сметаной 250/15/5 7,2 5,9 19,9 162 44,55 TTKмясо к/к 30 25 картофель 149 112 морковь 18,75 15 9,5 8 лук репчатый 6 6 масло сливочное 1,2 1,2 томатная паста 5 сметана 5 90/50 11,5 Печень, тушенная в соусе 11,1 5 166 81,22 Nº401 161 134 печень говяжья 2013г. 4 4 мука пшеничная 4 4 масло растительное 90 масса тушеной печени соус сметанный 50 Nº442 сметана 12.5 12.5 2013a. мука пшеничная 1,3 1,3 40 40 вода питьевая 1,3 1,3 масло сливочное 180 Макаронные изделия отварные 4,2 44,2 5,9 247 15,42 Nº291 64 макаронные изделия 64 2013a масло сливочное 6 6 Молоко питьевое ультрапастер.с витминами и йодом 3, 200 5,6 118 6.4 9.4 39,78 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 20 1,32 0,24 6,8 36,2 1,70 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 24 1,9 0,2 12,3 58,75 2,49 итого 32,22 29,84 98,6 794,85 201,12

46,18

44,36

156,24

1287,65

246,10

Повар-бригадир\_\_\_\_

ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ

Lleve		_			Химический состав				
наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г						Цена, р
2407	rD A I/			Выход, г	Белжи, г	Жиры, г∕	Угл. г	ЭЦ, ккал	
	ГРАК	- 0040			1000	*/			
асло сл	ивочное порциями №108			10	0,05	1MM 8,25	0,08	74,8	16,99
	масло сливочное	10	10						
	почная из овсян, хлопьев			250/5	9,4	9,6	32,5	254	17,95
1266	хлопья "Геркулес"	32	32						
2013z.	молоко питьевое	45	45						
	вода питьевая	184	184						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
(акао с м				200	3,8	3,5	25	147	10,68
V2496	какао-порошок	3,75	3,75						
2013e.	caxap	20	20						
	молоко питьевое	50	50						
	ый продукт в инд.упаковк			95 30	1,9	3,2	16,6	100	34,32
	леб пшеничный витаминизированный №108 2013г. пеб ржано-пшеничный №110 2013г.				1,52	0,16	9,84	47	3,12
(леб ржа		3e.		30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
0===	ИТОГО				17,99	24,95	90,82	659	85,61
ОБЕД									
	ник "Домашний" с мясом			250/20/5	6,8	6,5	15,4	147	53,53
V2132	мясо к/к	38	32						
2013e.	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	5	5						
(отлета і	по-хлыновски			100	14,1	14,8	12,7	240	72,10
TTK	говядина к/к	100	85						
	или свинина к/к	100	85						
	картофель	27	20						
	лук репчатый	14	12						
	яичный порошок	2,52	2,52						
	сухари пшеничные	9	9						
	масло растительное	2	2						
Капуста	тушеная			180	4,6	6,2	14	130	22,10
V2423	капуста свежая	237	190				-		
2013e.	морковь	36	29						
	томатная паста	1,44	1,44						
	лук репчатый	14	12						
	масло растительное	7	7						
	мука пшеничная	2,16	2,16						
	caxap	0,12	0,12						
Компот и	13 кураги		4	200	0,6	0	18,7	77	8,46
№512	курага	20	20		1				-,
2013г.	caxap	15	15						
	вода питьевая	211	211						
Клеб рж	ано-пшеничный №110 20:			20	2,64	0,48	13,6	72,4	1,70
	еничный витаминизиров		8 2013a	25	3,8	0,40	24,6	117,5	2,60
	ИТОГО		2 20 . 00.		32,54	28,38	99	783,9	160,49
					02,07	20,00		100,0	.50,43
и	ТОГ ЗА 10 ДЕНЬ				50,53	53,33	189,82	1442,9	246,10

Утверждаю», Тюй

Утверждано, по

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г			нова мический €сс			Цена, р
				Выход, г	Белжи	Жирыка	// Угл. г	ЭЦ, ккал	
3AB1					100 m	2/	//		
ыр твер	одый порциями №100 20	13e.		10	3,84	Mun 3,92	0	51,46	13,04
	сыр твердый	11	10						
	почная кукурузная, с мас			250/5	9,5	10,5	36,5	279	18,01
V265	крупа кукурузная	32	32						
2013e.	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	180	180						
	caxap	4	4						
	масло сливочное	5	5						
łай с сах	каром			200	0,1	0	15	60	3,32
V2494	чай	2	2						
2013г.	caxap	15	15						
	вода питьевая	20	200						
	еничный витаминизиров		8 2013a.	20	1,52	0,2	9,84	47	2,08
Хлеб ржа	ано-пшеничный №110 20	13e.		20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
	ИТОГО				16,28	14,86	68,14	473,66	38,15
OPET	1								
Салат из	белокочанной капусты с	морковью		100	1,6	10,1	9,6	136	9,89
N <u>º</u> 4	капуста свежая белокоч	106	84						
2013г.	морковь	13	10						
	caxap	5	5						
	масло растительное	5	5						
	лимонная кислота	0,1	0,1						
	вода питьевая	5	5						
Уха с кру	/пой			250/100	18,1	10,1	14	219	91,46
Nº152	филе минтая с/м	154	124						
2013г.	или минтай с/м	155	124						
	картофель	100	75						
	крупа рисовая	9	9						
	лук репчатый	12	10						
	масло сливочное	6	6						
Бедро ил	ти грудка куриные запеч	еные "Дома	шние"	100	14,6	12	0,6	169	64,37
TTK	курица потрошеная 1 ка		148						-
	или грудка куриная на к	155	148						
	или бедро куриное	155	148						
	или окорочок куриный	155	148						
	томатная паста	1,6	1,6						
	чеснок	0,5	0,4						
	масло растительное	10	10						
Картофе	льное пюре			180	3,9	5,9	26,7	176	30,48
Nº429	картофель	205	154						7
2013e.	молоко питьевое	29	29						
	масло сливочное	7	7						
Кисель и	13 концентрата			200	0,3	0,2	21,5	89	5,64
№503	кисель	24	24		1	-,1-			-,,,,
2013z.	caxap	10	10						
	вода питьевая	190	190						
Хлеб пи	еничный витаминизиров			42	1,9	0,2	12,3	58,75	4,41
	ано-пшеничный <i>№110 20</i>			20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
pm	ИТОГО			20	41,72	38,74	91,5	883,95	207,9
	,,,,,,,				71,12	30,14	01,0	000,00	201,90
IA	TOF 3A 44 DEUL				58	E3 E	159,64	1357,61	246,10
VI	ТОГ ЗА 11 ДЕНЬ	_			30	53,6	139,04	1001101	240,1

HOBA Наименование блюда Брутто, г Нетто, г Химический состав Цена, р Выход, г ъедки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал **3ABTPAK** Масло сливочное порциями №105 2013г. 10 0,08 MA 2,38 0,12 16,99 112,2 масло сливочное 10 250/5 Каша молочная рисовая, с маслом сливочным 9,8 10,7 31 260 27,74 38 Nº255 крупа рис 38 2013a. 95 молоко питьевое 95 вода питьевая 128 128 4 caxap 4 5 5 масло сливочное 200 Чай с лимоном 0,1 0 15,5 62 4,92 Nº494 2 2 чай 2013г. 15 15 caxap 6 5 лимон вода питьевая 200 200 Хлеб пшеничный витаминизированный *№108 2013*г. 20 2,28 0,24 14,76 70,5 2,08 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 20 1,98 0,36 10,2 54,3 1,70 ИТОГО 14,24 23,68 71,58 559 53,43 ОБЕД Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК 100 0,5 0,1 1 6,9 26,61 огурцы конс. без уксуса 100 117 250/20/10 Свекольник с мясом, со сметаной 7,7 6,3 21 172 50,42 Nº131 мясо к/к 38 32 2013г. свекла 80 64 57 43 картофель 12,5 10 морковь 13 11 лук репчатый 1,2 1,2 томатная паста 6 6 масло сливочное 1 caxap 1 10 10 сметана Гречка по-купечески с мясом 250 15,3 18,4 37,7 378 82,23 TTKговядина к/к 93 79 или свинина мясная 87 74 масло растительное 4 4 48 48 крупа гречневая 150 150 вода питьевая 10 10 масло сливочное 14 12 лук репчатый 31,25 25 морковь Компот из смеси сухофруктов 200 0,5 0 18,8 77 5,23 Nº508 20 20 сухофрукты 2013a caxap 15 15 вода питьевая 200 200 Сок в ассортименте №518 2013г. 200 0,5 0 22,4 92 23,86 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 25 0,36 22,14 105,75 3,42 2,62 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 20 1,98 0,36 10,2 54,3 1,70 ИТОГО 29,9 25,52 133,24 885,95 192,67 ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ 49,2 204,82 44,14 1444,95 246,10

Повар-бригалир	

Утверживно том осели

Наименова	ание блюда	Брутто, г	Нетто, г	- 11-	Химический состав					
				Выход. г	Белки, г	Жирбі, т/	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р	
<b>3ABTPAK</b>				Важод,	0 30	3	7171.1	ОЦ, ккал		
	порциями №100 201	'3 <i>e</i> .		20	*5,12 *	5,22	0	68,6	26,09	
	твердый	21	20		r.Hu	ATA O,EE		00,0	20,09	
	с макаронными из			250	8	9,9	24	218	16,58	
	аронные изделия	20	20	200	-	0,0	24	210	10,56	
	око питьевое	80	80							
	а питьевая	170	170							
cax		2	2							
	ло сливочное	2,5	2,5							
Кофейный нап		2,0	2,0	200	3,2	2,7	15,9	101	10,33	
	ейный напиток	4	4		0,2	2,7	10,0	101	10,55	
2013a. cax		10	10							
МОГ	око питьевое	50	50							
вод	а питьевая	150	150							
	зеничный №110 201			50	2,64	0,48	13,6	72,4	4,25	
Хлеб пшеничні	ый витаминизирова	анный <i>№10</i>	8 2013a.	50	3,04	0,32	19,68	94	5,20	
UTU	ОГО				22	18,62	73,18	554	62,45	
ОБЕД										
Суп картофель	ный с крупой, с мя	сом		250/30	7,7	5,9	21,1	168	56,44	
ТТК мяс	о к/к	57	48			- 1				
круг	па перловая	6	6							
	тофель	100	75	/						
лук	репчатый	12	10							
	КОВЬ	12,5	10							
	ло сливочное	6	6							
Котлета рыбна	я натуральная запе	ченая		100	15,5	19,7	9,2	276	71,08	
	пе минтая с/м	140	105		10,0	10,7	0,2	270	71,00	
	минтай с/м	140	105							
	репчатый	3,5	3							
	ный порошок	1,12	1,12							
	ари панировачные	5	5							
	ло растительное дл	2	2							
	б пшеничный	15	15							
Овощи припуш		10	10	150	2,2	3,8	20,3	124	21,97	
	КОВЬ	81,25	65	100	2,2	0,0	20,0	124	21,31	
	репчатый	18	15							
	тофель	109	82							
	а пшеничная	3	3							
	по сливочное	5	5							
	иенте №518 2013г.	J		200	0,5	0	22.4	92	23,86	
	ый витаминизирова	анный <i>Мо</i> 40	8 20132	58	4,94		22,4			
	ыи витаминизирова ценичный №110 201		0 20138.	50		0,52	31,98	152,75	6,05	
	ого	J6.		50	3,3	0,6	17	90,5	4,25	
MII	010				34,14	30,52	121,98	903,25	183,65	
MICE	A 12 ПСЫL				EC 44	40.44	405.40	4457.05	040.40	
<u> </u>	А 13 ДЕНЬ	^			56,14	49,14	195,16	1457,25	246,10	

Утверждаю

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г		E O WOMEN	иминеск\ис.	CTOR		Цена, р
11011	менование отпода	Брутто, т	116110,1	Выход, г	Белки, г	Жирьв г	Угл. г	ЭЦ, ккал	цена, р
3AB	TPAK			выході і	0 3	Joy o'	7131.1	Оц, ккал	
Запеканк	а из творога, со сгущёнь	ім молоком	1	150/10	30,16	21,3	43,5	486,6	107,34
<b>№</b> 313	творог	144	143		CNO			,.	,
2013a.	крупа манная	11	11		-				
	вода питьевая для каш	36	36						
	яичный порошок	3,27	3,27						
	caxap	6	6						
	ванилин	0,01	0,01						
	сметана	6	6						
	сухари пшеничные	6	6						
Macho chi	ивочное для смазки листа	4	4						
	овой запеканки	4	150						
viacca i o i		10			-				
llaŭ a aas	молоко сгущёное с саха	10	10	200	0.4				- 11
Чайссах <i>№494</i>		1.0	1.0	200	0,1	0	15	60	3,16
№494 2013г.	чай	1,8 15	1,8 15						
20136.	вода питьевая	200	200						
Луон в		200	200	40	6.2	1.4	44.0	400	
	індивид.упаковке еничный витаминизиров	2001 15 Alo 47	18 20120	18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
	еничный витаминизиров ано-пшеничный <i>№110 20</i>		00 20138.	40	1,52	0,16	9,84	47	4,16
лиео ржа		132.		30	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
0555	ИТОГО				39,4	25,8	90,04	751,8	126,5
ОБЕД									
	иелкошинкованными овс			250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	34,90
TTK	курица потрошен 1 кате		24						
	или грудка курин на кос	30	24						-
	или бедро куриное	30	24						
	или окорочок куриный	30	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						
Euronia			5	90	40.0	40.0	40.4	005	40.00
	рубленые из птицы запе		00	90	18,2	18,9	13,1	295	49,66
	филе куриное пром пр-		60		-				
2013г.	хлеб пшеничный витам		17						
	лук репчатый	9,5	8						
	яичный порошок	1,82	1,82						
	молоко питьевое	18	18						
	мука пшеничная	5,5	5,5						
масло ра	стительное для смазки ли	2	2						
Рис приг	<b>тущеный</b>			180	2,9	3,7	25	147	23,43
Nº415	крупа рисовая	64	64						
2013e.	масло сливочное	6	6						
	із концентрата			200	0,3	0,2	21,5	89	5,64
Nº503	кисель	24	24	_**	7,0	-1	,0		0,04
2013e.	сахар	10	10						
LU 106.		190	190						
Упоб гога	вода питьевая ано-пшеничный №110 20		190	20	4.20	0.04	6.0	20.0	0.55
			20 2042-	30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Viteo Um	еничный витаминизиров	анный №1	00 20132.	33	1,9	0,2	12,3	58,75	3,41
	ИТОГО				29,82	29,14	90,9	748,95	119,5
	ТОГ ЗА 14 ДЕНЬ				69,22	54,94	180,94	1500,75	246,1

Наим	енование блюда	Брутто, г	Нетто, г	1/5	E CLID-X	имический со	став		Цена, р
				Выход, 🛝	Белки, г	Жиры г/	Угл. г	ЭЦ, ккал	
3ABT	PAK			-	30	18/			
сыр твер	<mark>дый порциями</mark> №100 201	3e.		15	5,12	5,22	0	68,6	19,57
	сыр твердый	16	15		- Pillin				
∢аша мол	очная пшенная, с маслог	и сливочны	MIM	250/5	9,9	10,5	30,5	256	22,30
<b>№</b> 267	крупа пшено	32	32						
2013e.	молоко питьевое	80	80						
	вода питьевая	150	150						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
	аминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,53
V2493	чай	1	1						
2013e.	шиповник	15	15						
	caxap	10	10						
	вода питьевая	200	200						
	<mark>но-пшеничны</mark> й <i>№110 201</i>			50	3,3	0,6	17	90,5	4,25
Хлеб пше	ничный витаминизирова	і <mark>нный</mark> №10	8 2013e.	50	3,8	0,4	24,6	117,5	5,20
	ИТОГО				22,82	16,82	91,9	615,5	59,85
ОБЕД									
Свекла о				100	1,5	0,1	9,1	43,3	8,00
V <u>₽</u> 26	свекла до 01.0120%	126	100					41.1	
2021г.	свекла с 01.01-25%	134	100						
Суп карто	офельный с макаронным	и изделия	ии, с курице	250/15	4,9	6,3	21,2	161	31,74
<b>№147</b>	курица потрошеная 1 ка	27	24						
2013г.	или грудка куриная на к	30	24						
	или бедро куриное	30	24						
	или окорочок куриный	30	24				_000		
	картофель	100	75						
	макаронные изделия	12	12						
+	морковь	15	12						
	лук репчатый	14	12						
	масло сливочное	6	6						
Рыба, заг	печенная со сметаной и с	ыром		100	21,4	14,5	4,3	233,3	98,25
TTK	филе минтая с/м	150	113						
	или минтай с/м	141	113						
	мука пшеничная	5	5						
	сметана	10	10		1				
	сыр твёрдый	16	15						
	масло растительное	4	4						
Картофел	пьное пюре			180	3,9	5,9	26,7	176	30,48
№429	картофель	205	154						
2013z.	молоко питьевое	29	29						
	масло сливочное	7	7						
Компот и	з изюма			200	0,3	0	20,1	81	11,81
N2512	изюм	16	15						
2013e.	caxap	15	15						
	вода питьевая	207	207						
Хлеб ржа	ано-пшеничный №110 20	13e.		20	2,64	0,48	13,6	72,4	1,70
	еничный витаминизиров		08 2013z.	41	3,42	0,36	22,14	105,75	4,27
	итого				38,06	27,64	117,14	872,75	186,25
	ТОГ ЗА 15 ДЕНЬ				60,88	44,46	209,04	1488,25	246,10