«Согласовано»

Директор МАОУ КНІ № 3 г. Ишима

Ю.А. Козлов

«Утверждаю» Директор ООО «СИБ-НОВА» А.Н. Гончаров

C. MILLIAN

ПРИМЕРНОЕ 15-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(завтрак, обед) для горячего питания обучающихся 7-11 лет МАОУ КШ № 3 г. Ишима под стоимость 246 р. 10к. ежедневно

с 10 марта 2025 года

Разработано на основании рекомендованного примерного 15-ти дневного меню №15-ЛДП/3590-20/100 от 29.03.2021 для питания обучающихся 7- 11 лет (разработчик АУ ТО «ЦТК»).

Наименование блюда Нетто, г Брутто, г Цена, р **Бе**рки, г Выход, г Жиры, о ∦гл. г ЭЦ, ккал **3ABTPAK** Сыр твердый порциями №100 2013г. 15 5,12 5,22 68,6 19,57 16 15 CH сыр твердый Суп молочный с макаронными изделиями 200 6,4 19,3 194 18,93 макаронные изделия Nº165 16 16 2013a молоко питьевое 100 100 84 84 вода питьевая 2,5 2,5 caxap 2,5 масло сливочное 2,5 Чай с сахаром 200 0,1 0 15 60 2,55 Nº494 чай 1 1 2013a caxap 15 15 200 вода питьевая 200 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 50 1,98 0,36 10,2 54,3 4,25 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 3,04 50 0,32 16,38 94 5,20 ИТОГО 16,64 13,8 60,88 470,9 50,50 ОБЕД Салат из белокочанной капусты с морковью 100 1,6 10,1 9,6 136 9,89 Nº4 капуста свежая белоко 84 2013a морковь 13 10 5 5 caxap 5 5 масло растительное лимонная кислота 0,1 0,1 5 5 вода питьевая Суп картофельный с овощами, мясом и сметаной 250/15/5 7,2 5,9 19,9 162 44,55 мясо к/к 30 25 картофель 149 112 18,75 15 морковь 8 лук репчатый 9,5 масло сливочное 6 6 1,2 1,2 томатная паста сметана 5 100 Бедро или грудка куриные запеченые "Домашние" 14,6 12 0,6 169 64,37 TTK курица потрошеная 1 ка 167 148 или грудка куриная на к 155 148 155 148 или бедро куриное или окорочок куриный 155 148 1,6 1,6 томатная паста чеснок 0,5 0,4 масло растительное 10 10 Рис припущеный 150 7,3 20,8 3,8 164 19,45 Nº415 крупа рисовая 53 53 2013a. 5 5 масло сливочное Компот из изюма 200 0,3 0 20,1 81 11,81 №512 16 15 изюм 2013a. caxap 15 15 вода питьевая 207 207 Молоко питьевое ультрапастер.с витминами и йодом 3, 200 5,6 6,4 9,4 118 39,78 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 30 1,32 0,24 6,8 36,2 2,55 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 30 1,52 0,16 9,84 47 3,20 NTOLO 35,94 42,1 97,04 913,2 195,60

52,58

55,9

157,92

1384,1

246,10

Утверждаю под

Повар-бригадир

ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ

Утверждация, т

		F	Lierro -		E CHP	Цена, р			
Наи	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Бедии, г	жиры т	угл. г	ЭЦ, ккал	цена, р
3 / R	TPAK			выход, г	Poeitre,	Лиры 1	7131.1	ОЦ, ккал	
	почная пшеничная, с масл	том спиво	IHLIM	200/5	7.5 CM 11/10 6,2 20,8		182	17,06	
аша мол 1 <u>2</u> 264	крупа пшеничная	24	24	20010	10000	MIM O13	20,0	102	11,00
013e.	молоко питьевое	50	50						
0700.	вода питьевая	136	136				-		
	сахар	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Офейнь	ый напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	10,33
√2501	кофейный напиток	4	4		0,2		,.		,
2013z.	сахар	10	10						
	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	150	150						
пеб пж	ано-пшеничный <i>№110 201</i>		100	50	2,97	0,54	15,3	81,45	4,25
	еничный витаминизирова		8 20132	50	3,8	0,4	24,6	117,5	5,20
итого			- 00	17,47	9,84	76,6	481,95	36,84	
ОБЕ					,	0,04	70,0	401,00	00,04
	онс. без уксуса (огурцы) Т	TTK		100	0,83	0,17	1,7	11,5	26,61
эвощи к	огурцы конс. без уксуса	117	100	100	0,00	0,11		11,0	20,01
Sopur "C	ибирский" с мясом, со см		100	250/20/5	7,9	5,7	12,1	131	46,55
TK	мясо к/к	38	32	200/20/0	1,0	0,1	12,1	101	40,00
713	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			1			
PLIES 22	печенная со сметаной и с			100	21,4	14,5	4,3	233,3	98,25
TTK	филе минтая с/м	150	113	100	21,4	14,5	4,0	200,0	30,20
1 111	или минтай с/м	141	113						
		5	5						
	мука пшеничная сметана	10	10		-				
	сыр твёрдый	16	15	-	-				
	масло растительное	4	4						
Kanroche	ельное пюре		-	150	3,9	5,9	26,7	176	23,93
Nº429	картофель	170	128	100	0,0	0,0	2011		_0,00
2013a.	молоко питьевое	24	24						
20106.	масло сливочное	5	5						
Кисел	из концентрата			200	0,3	0,2	21,5	89	5,64
Nº503	кисель	24	24	200	0,0	0,2	_1,0		0,04
2013e.	сахар	10	10						
20136.	вода питьевая	190	190	1					
Ynek nw	ано-пшеничный №110 20		1 100	40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
	ано-пшеничный /\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		08 2013a	46	2,28	0,24	14,76	70,5	4,88
VIIGO IIIT	ИТОГО	WILLIAM 145 /	70 E0 106.	40	37,93	26,95	87,86	747,5	209,26
	VITOLO				51,33	20,00	07,00	177,0	200,20
	MTOL 3V & DEAF				55,4	36,79	164,46	1229,45	246,10
	ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ	/		1	1 33,4	1 30,13	104,40	1 1447,47	440, I

Утвержавомя, год

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г		THE PLANT	Цена, р			
				Выход, г	Белки	Жиры	° //Угл. г	ЭЦ, ккал	
3AB1	ГРАК				10 80				
ър твер	о <mark>дый порциями №100 201</mark>	3e.		15	3,84	chaine2	0	51,45	19,57
	сыр твердый	16	15						
⟨аша мој	почная манная, с маслом	сливочны	И	200/5	5,1	7,1	28	196	23,96
V262	крупа манная	20	20						
2013e.	молоко питьевое	102	102						
	вода питьевая	87	87			-			
	сахар	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Т ай "Вит	аминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,53
№ 493	чай	1	1						
2013г.	шиповник	15	15						
	caxap	10	10						
	вода питьевая	200	200						
	ый продукт в инд.упаковк			95	1,9	3,2	16,6	100	34,32
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				40	1,52	0,16	9,84	47	4,16
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
	ИТОГО				14,38	14,72	81,04	513,55	93,94
ОБЕД	Д								
Суп карт	офельный с макаронным	и изделия	чи, с куриц∉	250/15	4,9	6,3	21,2	211	31,74
Nº147	курица потрошеная 1 ка	27	24						
2013z.	или грудка куриная на к	30	24						
	или бедро куриное	30	24						
	картофель	100	75						
	макаронные изделия	12	12						
	морковь	15	12						
	лук репчатый	14	12						
	масло сливочное	6	6						
Говядин	а или свинина, тушённая	с капустой		250	12,8	19,8	21,4	316	91,53
№365	говядина к/к	96	81						
2013z.	или свинина мясная	96	81						
	лук репчатый	16	14						
-	масло растительное	12	12						
	капуста свежая белокоч		220						
	морковь	25	20						
	томатная паста	7	7						
	мука пшеничная	5	5						
	сахар	4	4						
Соквас	сортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
	еничный витаминизиров	анный №10	08 2013a.	23	2,28	0,24	14,76	70,5	2,48
	ано-пшеничный <i>№110 20</i>			30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
, aloo pm	ИТОГО	, 00.			21,8	26,58	86,56	725,7	152,16
	711010				21,0	20,00	00,00	7 20,1	.02,10
1	ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ				36,18	41,3	167,6	1239,25	246,10
-	лгог эл о депо	P			1 00,10	71,0	107,0	1200,20	240,10

Наим	иенование блюда	Брутто, г	Нетто, г	The state of the s	S E CH	имический с			Цена, р
, , ,		-171.		Выход, г	Бейки, г	Жиры, г	8rn. r	ЭЦ, ккал	
3ABT	PAK				10 3V	9	11		
Іасло сл	ивочное порциями №105	2013e.		15	0.05	¥ 8,25	7/ 0,08	74,8	25,49
	масло сливочное	15	15			. LILLINGA			
аша мол	очная "Дружба", с масло	м сливочн	ым	200/5	5,5	6,7	24,5	180	25,68
l <u>9</u> 260	крупа рисовая	15	15						
.s£10	крупа пшено	11	11						
	молоко питьевсе	102	102						
	вода питьевая	72	72						
	caxap	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Софейны	ій напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	10,33
<i>l</i> 2501	кофейный напиток	4	4						
2013e.	caxap	10	10						
	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	150	150						
(леб ржа	но-пшеничный №110 201	Зг.		40	2,64	0,48	13,6	72,4	3,40
(леб пше	ничный витаминизирова	анный № 1	08 2013e.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	4,68
	итого				14,81	18,49	76,22	533,95	69,58
ОБЕД	ļ								
Зинегрет	овощной			100	0,8	0,1	1,6	10,6	19,88
V271	картофель	33	25						
2013a.	свекла	23	18						
	морковь	15	12						
	огурец консервир	58	32						
	лук репчатый	17	15						
	масло растительное	5	5						
Суп карто	офельный с бобовыми,	мясом и	сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	47,90
N2144	мясо к/к	30	25						
2013г.	картофель	67	50						
	морковь	12,5	10						
	лук репчатый	12	10						
	горошек зеленый консе	15	10						-
	капуста свежая белоко	38	30						
	масло сливочное	6	6						
	сметана	5	5						
Тефтели.	, запеченные в молочном	covce		100	14	14,4	10,5	227	67,23
N2388	свинина мясная	63	54						
2013a.	или говядина к/к	64	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						
COVC MODE	очный для запекания		50						
N2434	молоко питьевое	50	50						
2013a.	мука пшеничная	4	4						
	масло сливочное	4	4						
масло ра	стительное для смазки ли		3						
	ные изделия отварные		-	150	3,5	4,9	36,8	206	12,82
N2291	макаронные изделия	53	53	100	0,0	1,0	4010		12,02
2013a.	макаронные изделия	5	5						
	сортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
	еничный витаминизиров	анный Мо	108 20132	30	1,52	0,16	9,84	47	3,13
	еничный витаминизиров ано-пшеничный №110 20			20	1,32	0,10	6,8	36,2	1,70
ллео рж	итого итого	106.		20	29,34	26,1	100,44	756,8	176,5
	MICHO			_	23,54	20,1	100,44	7 30,0	170,5
		1							

Утверждаюнной вые

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	D. Won s	and the second second	имический/ст		Oll won	Цена, р
3AB1	LDVK			Выход, г	Белки, г	Жиры	Угл. г	ЭЦ, ккал	
				150/10	30,1%	r.1/148/043	43,5	486,6	107,34
	а из творога, со сгущёнь	144	143	150/10	30, 196	7.010.000	45,5	400,0	107,34
№313 2013г.	творог	11	11						
20132.	крупа манная		36						
	вода питьевая для каш	36		_					
	яичный порошок	3,27	3,27						
	caxap	6	6		-				
	ванилин	0,01	0,01						
	сметана	6	6						
	сухари пшеничные	6	6		-				
	ивочное для смазки листа	4	4						
иасса гот	овой запеканки		150						
	молоко сгущёное с саха	10	10						
Чай с сах				200	0,1	0	15	60	2,55
V <u>2</u> 494	чай	1	1						
2013г.	caxap	15	15						
	вода питьевая	200	200						
	ндивид.упаковке			18 50	6,3	4,1	14,9	122	8,45
	(леб ржано-пшеничный №110 2013г.				1,32	0,24	6,8	36,2	4,25
Хлеб пше	(леб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				2,28	0,24	14,76	70,5	5,20
	ИТОГО				40,16	25,88	94,96	775,3	127,79
ОРЕТ	*								
Суп крес	тьянский с крупой и сме	таной		250/5	7,9	5,8	15,5	146	19,54
Nº154	капуста свежая белокоч	40	32						
2013г.	картофель	37	28						
	крупа перловая	10	10						
	морковь	12,5	10						
	лук репчатый	12	10						
	масло сливочное	4	4						
	сметана	5	5						
Фрикаде	льки рыбные, с соусом	сметанным	с томатом	90/40	18,9	8,3	9,8	190	62,29
Nº347	филе минтая с/м	103	84						
2013z.	или минтай с/м	105	84						
	хлеб пшеничный витам		14						
	молоко питьевое	14	14						
	яичный порошок	1,96	1,96						
	мука пшеничная	7	7						
COVC CMEI	танный с томатом		40						
N2444	сметана	15	15						
2013e.	мука пшеничная	3	3						
	вода питьевая	25	25						
	томатная паста	1,6	1,6						
Macro pa	стительное для смазки ли		3						
	ельное пюре			150	3,9	5,9	26,7	176	23,93
<i>№429</i>	картофель	170	128	100	3,3	0,0	20,1	170	20,00
N9429 2013г.		24	24						
20138.	молоко питьевое	5	5						-
KOMPOT:	масло сливочное	1 5	1 0	200	0,5	0	18,8	77	5,23
	из смеси сухофруктов	20	20	200	0,5	0	10,0	- 11	3,23
№508	сухофрукты								
2013г.	caxap	15	15						
v	вода питьевая	200	200	4 100		0.4	24.0	447.5	4 77
	еничный витаминизиров		U8 20132.	45	3,8	0,4	24,6	117,5	4,77
Хлеб рж	ано-пшеничный №110 20)13e.		30	2,64	0,48	13,6	72,4	2,55
	ИТОГО				37,64	20,88	109	778,9	118,3
	итог за 8 день	2			77,8	46,76	203,96	1554,2	246,1

Химический состав Брутто, г Нетто, г Цена, р Наименование блюда Выход, г ъедки, г *Kupsy Fo Угл. г ЭЦ, ккал ЗАВТРАК At 2,61 Сыр твердый порциями №100 2013г. 10 2,56 0 34,3 13,04 10 сыр твердый 11 250 Суп молочный с крупой 5.9 8,9 25,8 295,5 23,40 125 Nº164 молоко питьевое 125 2013a. 137 137 вода питьевая 15 15 крупа рис 2,5 2,5 caxap 2,5 2,5 масло сливочное 200 0,1 0 15,2 61 4,15 Чай с лимоном Nº494 1 1 чай 2013e. вода питьевая 200 200 caxap 15 15 лимон 6 5 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 30 1,32 0,24 6,8 36,2 2,55 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 30 0,16 9,84 1,52 47 3,12 ИТОГО 11,91 474 46,26 11,4 57,64 ОБЕД огурцы конс. без уксуса 70 60 Суп картофельный с овощами, мясом со сметаной ТТК мясо к/к Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК 60 0,5 0,1 1 6,9 15,96 60 250/15/5 7,2 5,9 19,9 162 44,55 25 149 112 картофель 18,75 15 морковь 8 9,5 лук репчатый 6 6 масло сливочное 1,2 томатная паста 1,2 сметана 5 5 Печень, тушенная в соусе 90/50 11,1 166 81,22 11,5 5 Nº401 162 134 печень говяжья 2013г. 4 мука пшеничная 4 4 масло растительное 4 масса тушеной печени 90 соус сметанный 50 Nº442 сметана 12,5 12,5 2013e. 1,3 1,3 мука пшеничная 40 40 вода питьевая 1,3 1,3 масло сливочное 150 3,5 36,8 206 12,82 4,9 Макаронные изделия отварные 53 Nº291 макаронные изделия 53 2013a масло сливочное 5 5 39,78 Молоко питьевое ультрапастер.с витминами и йодом 3, 200 5,6 6,4 9,4 118 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 30 1,32 0,24 6,8 36,2 2,55 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 28 2,28 0,2 12,3 58,75 2,96 итого 31,9 28,84 91,2 753,85 199,84

43,3

40,75

148,84

1227,85

246,10

Утыерждаю То

Повар-бригадир ____

ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ

Наи	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	WHCK A	CHP-HOI		Цена, р		
		2,57		Выход Го	Белки, г	мический с Жиры/г	Угл. г	ЭЦ, ккал	цепа, р
3AB	TPAK			The same of the sa	30	•//	******	O Lij ilikasi	
Іасло сі	ливочное порциями №10	10	0,05 mm	8,25	0,08	74,8	16,99		
	масло сливочное	10	10			-1	3,00	,0	10,00
аша мо.	лочная из овсян. хлопьев	з "Геркулес"	'. с маслом	200/5	7,5	7,7	26	203	18,08
√266	хлопья "Геркулес"	25	25		.,,-			200	10,00
2013e.	молоко питьевое	52	52						
	вода питьевая	132	132						
	caxap	3	3						
	масло сливочное	5	5						
(акао с м	молоком			200	3,8	3,5	25	147	10,68
V2496	какао-порошок	3,75	3,75		0,0	- 0,0		147	10,00
2013e.	сахар	20	20						
	молоко питьевое	50	50						
Тогуртн	ый продукт в инд.упаковк			95	1,9	3,2	16,6	100	34,32
	еничный витаминизиров:		3 2013z.	30	1,52	0,16	9,84	47	3,12
	ано-пшеничный №110 201			30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
•	ИТОГО				16,09	23,05	84,32	608	85,74
ОБЕ					,		0.1,02	- 555	00,14
	ник "Домашний" с мясом	и сметаной		250/20/5	6,8	6,5	15,4	147	53,53
N2134	говядина к/к	38	32		-,-	,-	,.		00,00
2013a.	или свинина мясная	38	32						
	картофель	100	75						
	капуста свежая	28	22						
	морковь	11	9						
	лук репчатый	12	10						
	огурцы солен.без уксуса		14						
	масло растительное	6	6						
	сметана	5	5						
Котпета	по-хлыновски			100	14,1	14,8	12,7	277,8	72,10
TTK	говядина к/к	116	85	100	141	14,0	12,7	277,0	12,10
	или свинина к/к	100	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	22,10
Nº423	капуста свежая	237	190	100	4,0	0,2	17	100	22,10
2013a.	морковь	36	29						
_0.00.	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						
Компот	из кураги	0,12	0,12	200	0,6	0	18,7	77	8,46
Nº512	курага	20	20	200	0,0	U	10,1	11	0,40
2013e.	caxap	15	15						
20106.	вода питьевая	211	211						
Хпеб руг	ано-пшеничный №110 20:		211	20	1,32	0,24	6,8	26.2	4.70
	еничный витаминизиров		8 20132	23				36,2	1,70
WIEO IIM	ИТОГО	annein iv≅iV	0 20108.	23	1,52	0,16	9,84	715	2,47
	711010				28,94	27,9	77,44	/ 13	160,36
1/1	ІТОГ ЗА 10 ДЕНЬ				45,03	50,95	161,76	1323	246,10

СИБ-НОВА Наименование блюда Брутто, г Нетто, г Химический состав Цена, р Выход, г BEARY I Жиры, Угл. г ЭЦ, ккал **3ABTPAK** Сыр твердый порциями №100 2013г. 3,84 3,92 15 0 19,57 51,45 15 сыр твердый 16 Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным 200/5 5,5 5,9 27 205 17,35 Nº265 крупа кукурузная 2013e. 50 50 молоко питьевое 135 135 вода питьевая caxap 3 3 масло сливочное 5 5 Чай с сахаром 200 0,1 0 15 60 2,55 Nº494 1 Чай 1 сахар 2013a. 15 15 200 200 вода питьевая Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 40 3,8 0,4 24,6 117,5 4,16 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 40 0,48 2,64 13,6 72,4 3,40 ИТОГО 15,88 10,7 80,2 506,35 47,03 ОБЕД 100 Салат из белокочанной капусты с морковью 1,6 10,1 9,6 136 9,89 Nº4 капуста свежая белокоч 106 84 2013г. 13 10 морковь caxap 5 5 масло растительное 5 5 лимонная кислота 0,1 0,1 5 5 вода питьевая 250/100 Уха с крупой 18,1 10,1 14 219 91,46 Nº152 154 124 филе минтая с/м 2013г. 155 124 или минтай с/м 100 75 картофель 9 9 крупа рисовая 12 10 лук репчатый 6 6 масло сливочное Бедро или грудка куриные запеченые "Домашние" 100 14,6 12 0,6 169 64,37 TTK курица потрошеная 1 ка 167 148 155 148 или грудка куриная на к 155 148 или бедро куриное 155 148 или окорочок куриный томатная паста 1,6 1,6 чеснок 0,5 0,4 10 10 масло растительное 150 3,9 26,7 176 23,93 Картофельное пюре 5,9 Nº429 картофель 170 128 2013a. 24 24 молоко питьевое 5 5 масло сливочное 200 Кисель из концентрата 0,3 0,2 21,5 89 5,64 Nº503 24 24 кисель 2013г. 10 10 caxap 190 190 вода питьевая Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 20 0,16 9,84 47 2,08 1,52 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 36,2 20 1,32 0,24 6,8 1,70 38,7 ИТОГО 41,34 89,04 872,2 199,07 ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ 57,22 49,4 169,24 1378,55 246,10

O DIED KUGET

VTBERKARION OF PERIOD

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г		E CNP-I	Цена, р			
Ham	менование отпода	Dpy110,1	110110,1	Выход, г	Белки, г	имический Ср Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	цена, р
3AB1	ГРАК			Выход, т	DONNE I	ZISZIROJ, I	7111.1	ОЦ, ккал	
	тивочное порциями №10	05 2013a		10	0.4 60	16,5	0,16	149,6	16,99
	масло сливочное	10	10	- 10	0,1	10,0	0,10	140,0	10,55
Каша мол	почная рисовая, с масло			200/5	7,6	8,2	20,7	187	20,57
V255	крупа рис	31	31		.,,•	0,2	20,1	107	20,07
2013a.	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	128	128						
	caxap	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Чай с лиі				200/5	0,1	0	15,5	62	4,15
V <u>2</u> 494	чай	1	1		0,1	- i	10,0	02	4,10
2013e.	caxap	15	15						
	лимон	6	5						
	вода питьевая	200	200						
кпеб пше	еничный витаминизиров			50	3,04	0,32	19,68	94	E 20
	ано-пшеничный №110 20		J 20 / 00.	50	2,64	0,32	13,6	72,4	5,20 4,25
a.co pine	ИТОГО	. 50.		30	13,48	25,5	69,64	565	51,16
ОБЕД					10,40	20,0	00,04	300	51,10
	1 онс. без уксуса (огурцы)	TTK		100	0,5	0,1	1	6,9	26,61
овощи к	огурцы конс. без уксуса		100	100	0,5	0,1		0,9	20,01
Срекопь	ник с мясом, со сметано		100	250/20/10	7,7	6,3	21	172	E0 42
Nº131	говядина к/к	38	32	250/20/10	1,1	0,3	21	112	50,42
2013e.		38	32						
20132.	или свинина мясная		64			-			
	свекла	80 57							
	картофель		43						
	морковь	12,5	10						
	лук репчатый	13	11						
	томатная паста	1,2	1,2						
	масло сливочное	6	6						
	caxap	1	1						
	сметана	10	10						
	о-купечески с мясом			250	15,3	18,4	37,7	378	82,23
TTK	говядина к/к	93	79						
	или свинина мясная	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						
	из смеси сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	5,23
№508	сухофрукты	20	20						
2013г.	caxap	15	15						
	вода питьевая	200	200						
	сортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
	ано-пшеничный №110 20			30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Хлеб пш	еничный витаминизиро	ванный №10	98 2013e.	38	1,52	0,16	9,84	47	4,04
	ИТОГО				27,34	25,2	117,54	809,1	194,9
	ТОГ ЗА 12 ДЕНЬ 🔍			I.	40,82	50,7	187,18	1374,1	246,1

ИБ-НОВА№ Наименование блюда Нетто, г Брутто, г Химический состав Цена, р Велки, г Выход, г Жиры, г/ Угл. г ЭЦ, ккал **3ABTPAK** 5,12 Mu Сыр твердый порциями №100 2013г. 20 5,22 0 68,6 26,09 сыр твердый 20 Сул молочный с макаронными изделиями 200 6,4 7,9 19,3 174 18,93 Nº165 16 макаронные изделия 2013a. 100 молоко питьевое 100 вода питьевая 84 84 caxap 2,5 2,5 масло сливочное 2,5 2,5 Кофейный напиток 200 3,2 15,9 101 2,7 10,33 Nº501 кофейный напиток 4 4 2013г 10 caxap 10 молоко питьевое 50 50 вода питьевая 150 150 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 40 2,64 0,48 13,6 72,4 3,40 Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г. 45 3,04 0,32 19,68 94 4,68 ИТОГО 20,4 16,62 68,48 510 63,43 ОБЕД Суп картофельный с крупой, с мясом 250/30 7,7 5,9 21,1 168 56,44 TTK 57 48 мясо к/к 6 крупа перловая 6 75 картофель 100 лук репчатый 12 10 морковь 12,5 10 масло сливочное 6 6 Котлета рыбная натуральная запеченая 100 13,9 16,3 7,6 233 71,08 TTK филе минтая с/м 140 105 140 105 или минтай с/м 3,5 3 лук репчатый 1,12 яичный порошок 1,12 сухари панировачные 5 5 2 2 масло растительное дл хлеб пшеничный 15 15 Овощи припущеные 150 2,2 3,8 20,3 124 21,97 TTK 81,25 65 морковь 15 18 лук репчатый 82 109 картофель 3 3 мука пшеничная 5 5 масло сливочное Сок в ассортименте №518 2013г. 200 0,5 0 22,4 92 23,86 Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г. 40 2,64 0,48 13,6 72,4 3,40 Хлеб пшеничный витаминизированный *№108 2013*г. 57 3,8 0,4 24,6 117,5 5,92 ИТОГО 30,74 26,88 109,6 806,9 182,67 ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ 43,5 51,14 178,08 1316,9 246,10

тверждаюй о

Повар-бригадир _____

Утверждаю

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	1,	5 0 XI	Цена, р			
		- - - -		Выход, г		O BLAD GIETS	Угл. г	ЭЦ, ккал	- Догга, р
3AB1	TPAK			11	5 B	10 C7			
Вапеканк	а из творога, со сгущёны	ім молоком		150/10	2 30,16	21,3	43,5	486,6	107,34
V2313	творог	144	143		100	3//			
2013г.	крупа манная	11	11		r.N	TININ			
	вода питьевая для каші	36	36						
	яичный порошок	3,27	3,27						
	caxap	6	6						
	ванилин	0,01	0,01						
	сметана	6	6						
	сухари пшеничные	6	6						
	ивочное для смазки листа	4	4						
ласса гот	говой запеканки		150						
	молоко сгущёное с саха	10	10						
Най с сах				200	0,1	0	15	60	2,55
Vº493	чай	1	1						
2013г.	caxap	15	15						
D	вода питьевая	200	200	40				165	
	індивид.упаковке еничный витаминизиров:	Alodo	0 2012-	18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
	еничный витаминизирова ано-пшеничный <i>№110 201</i>		0 20132.	50	2,28	0,24	14,76	70,5	5,20
лиео ржа	NTOFO NTOFO	138.		50	1,32	0,24	6,8	36,2	4,25
ОБЕД					40,16	25,88	94,96	775,3	127,79
				050/45/5	F 0	m 0	40.0	100	
ворщ с м ТТК	иелкошинков, овощами, с			250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	34,90
1 1 1	курица потрошен. 1 кате		24						
	или грудка курин на кос		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						
	рубленые из птицы запе			90	11,4	15,2	11,2	265,8	49,66
№412	филе куриное пром пр-		60						
2013г.	хлеб пшеничный витамі		17						
	лук репчатый	9,5	8						
	яичный порошок	1,82	1,82						
	молоко питьевое	18	18						
	мука пшеничная	5,5	5,5						
	стительное для смазки лис	2	2	4 7 0					
	тущеный			150	3,8	7,3	20,8	164	19,45
Nº415	крупа рисовая	53	53						
2013e.	масло сливочное	5	5	000					
	13 концентрата	0.4	0.1	200	0,3	0,2	21,5	89	5,64
№503	кисель	24	24						
2013e.	caxap	10	10						
	вода питьевая	190	190						
	ано-пшеничный <i>№110 20</i>			40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
Хлеб пш	еничный витаминизиров	анный №10	8 2013z.	53	1,52	0,16	9,84	47	5,52
	ИТОГО				23,54	29	82,34	725	118,5
	ТОГ ЗА 14 ДЕНЬ								
					63,7	54,88	177,3	1500,3	246,36

Утверждено Томо

Наиг	менование блюда	Брутто, г	Нетто, г	1	E B CNP	Цена, р			
				Выход, г	Белки, г	Жиры	Угл. г	ЭЦ, ккал	
3AB1	ГРАК				110 30	180			
ыр твер	о <mark>дый порциями №100 2</mark> 01	13e.		15	5,12	5,22	0	68,6	19,57
	сыр твердый	16	15)USV			
(аша мол	почная пшенная, с масло	м сливочны	MI	200/5	6,6	7,4	23,7	188	26,18
V267	крупа пшено	30	30						
2013e.	молоко питьевое	112	112						
	вода питьевая	68	68						
	caxap	3	3						
	масло сливочное	5	5						
łай "Вит	аминный"			200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,53
V <u>2</u> 493	чай	1	1						
2013e.	шиповник	15	15						
	caxap	10	10						
	вода питьевая	200	200						
	еничный витаминизиров:		8 2013z.	40	3,04	0,32	19,68	94	4,16
Клеб ржа	<mark>ано-пшеничный №110</mark> 201	13e.		40	2,64	0,48	13,6	72,4	3,40
	ИТОГО				18,1	13,52	76,78	505,9	61,84
ОРЕТ	1								
Свекла о				100	1,5	0,1	9,1	43,3	8,00
V26	свекла до 01.0120%	126	100						
2021 <i>e</i> .	свекла с 01.01-25%	134	100						
Суп карт	офельный с макаронных	и изделия	ии, с курице	250/15	4,9	6,3	21,2	161	31,74
V2147	курица потрошеная 1 ка	27	24						
2013г.	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						
Рыба, за	печенная со сметаной и с	сыром		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						
	сыр твёрдый	16	15						
	масло растительное	4	4						
Картофе.	льное пюре			150	3,9	5,9	26,7	176	23,93
Nº429	картофель	170	128						
2013г.	молоко питьевое	24	24		-				
	масло сливочное	5	5						
Компот и	із 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			50	1,98	0,36	10,2	54,3	4,25
	еничный витаминизиров		8 2013z.	60	2,66	0,28	17,22	82,25	6,28
	ИТОГО				36,64	27,44	108,82	831,15	184,26
					1	1			,
					1				