

«Согласовано»

Директор МАОУ КШ № 3 г. Ишима

Ю.А. Козлов



«Утверждаю»

Директор ООО «СИБ-НОВА»

А.Н. Гончаров



**ПРИМЕРНОЕ
15-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(завтрак, обед)
для горячего питания
обучающихся 7-11 лет
МАОУ КШ № 3 г. Ишима
под стоимость 306 р. 10к. ежедневно**

с 05 ноября 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»).

1 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Цена, р
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Масло сливочное порциями №105 2013г.			10	0,05	8,25	0,08	74,8	13,71
масло сливочное	10	10						
Сыр твердый порциями №100 2013г.			10	5,12	5,22	0	68,6	12,17
сыр твердый	11	10						
Каша молочная кукурузная, маслом сливочным			200/5	5,5	5,9	27	183	15,75
№265 крупа кукурузная	25	25						
2013г. молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	135	135						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	11,00
№496 какао-порошок	3,75	3,75						
2013г. сахар	20	20						
молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	150	150						
Кондитерское изделие в ассортименте			58	1,98	6,26	39,98	223,32	57,59
Йогуртный продукт в инд.упаковке			95	1,9	3,2	16,6	100	34,58
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			20	1,52	0,16	9,84	47	2,08
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
ИТОГО				21,19	32,73	125,3	879,92	148,58
ОБЕД								
Рассольник "Домашний", с курицей и сметаной			250/15/10	5,3	5,8	12,2	122	37,54
№132 курица потрош. 1 категории								
2013г. (разделка мякоть без к	27	24						
или грудка кур. на кости	30	24						
или бедро куриное	30	24						
или окорочок куриный	30	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	72,05
№451 мясо к/к	98	83						
2004г. хлеб пшеничный витам	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	5,3	4,5						
яичный порошок	1,2	1,2						
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное для смазки ли	2	2						
Каша гречневая рассыпчатая			180	4,8	6,1	29,2	191	17,08
№237 крупа гречневая	85	85						
2013г. вода питьевая	108	108						
масло сливочное	7	7						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,98	0,36	10,2	54,3	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			42	4,18	0,44	27,06	129,25	4,44
ИТОГО				29,16	25,3	116,86	852	157,52
ИТОГ ЗА 1 ДЕНЬ				50,35	58,03	242,16	1731	306,10

Повар-бригадир

фрукт. салат - 2шт
кекс ваши - 1шт

заменила
с 05.11.2015г

2 ДЕНЬ

Утверждаю



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый порциями №100 2013г.			10	5,12	5,22	0	68,6	12,17
сыр твердый			11					
Каша молочная манная, с маслом сливочным			200/5	5,1	7,1	28	196	15,77
№262 крупа манная			20					
2013г. молоко питьевое			52					
вода питьевая			139					
сахар			3					
масло сливочное			5					
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	2,54
№494 чай			1					
2013г. сахар			15					
вода питьевая			200					
Биомороженое "Бифибум", ванильное с бифидобактер			50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2,64	0,48	13,6	72,4	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный № 108 2013г.			20	3,04	0,32	19,68	94	3,46
ИТОГО				17,9	16,87	86,78	576	94,14
ОБЕД								
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК			100	0,5	0,1	1	6,9	26,61
огурцы конс. без уксуса			117					
Суп гороховый с мясом и гречками			250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	39,01
№144 мясо к/к			30					
2013г. горох			21					
картофель			73					
морковь			17,5					
лук репчатый			14					
масло сливочное			6					
хлеб пшеничный			32					
Жаркое по-домашнему			250	14,2	15,9	29,9	320	86,72
№369 мясо к/к			87					
масса отварного мяса							50	
2013г. картофель			259				195	
морковь			35				28	
лук репчатый			14				12	
масло растительное			10				10	
Компот из кураги			200	0,6	0	18,7	77	8,69
№512 курага			20					
2013г. сахар			6					
вода питьевая			211					
Пюре фруктовое			90	0	0	9,49	37,98	42,25
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,98	0,36	10,2	54,3	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			42	3,42	0,36	22,14	105,75	4,43
ИТОГО				30,6	23,42	123,23	828,93	211,96
ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ				48.5	40.29	210.01	1404.93	306.10

Повар-бригадир

пюре фруктовое - 1шт

3 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Масло сливочное порциями №105 2013г.				10	0,05	8,25	0,08	74,8	13,71
масло сливочное		10	10						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком				150/10	30,16	21,3	43,5	486,6	114,08
№313 творог		144	143						
2013г. крупа манная		11	11						
вода питьевая для каши		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		10	10						
Чай с лимоном				200/5	0,1	0	15,2	61	4,49
№494 чай		1	1						
2013г. вода питьевая		200	200						
сахар		15	15						
лимон		6	5						
Коктейль молоч.обогашен.йодом				200	0,5	0	22,4	92	41,47
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				30	3,04	0,32	19,68	94	3,12
ИТОГО					35,17	30,11	107,66	844,6	179,42
ОБЕД									
Щи из свежей капусты со сметаной				250/5	6,1	7,2	7,8	152	11,45
№142 капуста свеж.белокоца		63	50						
2013г. картофель		47	35						
морковь		18,75	15						
лук репчатый		12	10						
томатная паста		1,6	1,6						
масло растительное		6	6						
сметана		5	5						
Котлета полтавская запеч., с соусом смет. с томатом				90/30	12,5	13,2	8,6	203	89,94
ТТК говядина к/к		123	104						
или свинина к/к		123	104						
вода питьевая		9	9						
чеснок		0,5	0,4						
яичный порошок		1,4	1,4						
сухари пшеничные		9	9						
масло растительное для смазки ли		3	3						
соус сметанный с томатом			30						
№444 сметана		10	10						
2013г. мука пшеничная		2,3	2,3						
вода питьевая		17,5	17,5						
томатная паста		1,2	1,2						
Макаронные изделия отварные				150	3,5	4,9	36,8	206	11,69
№291 макаронные изделия		53	53						
2013г. масло сливочное		5	5						
Компот из смеси сухофруктов				200	0,5	0	18,8	77	6,21
№508 сухофрукты		20	20						
2013г. сахар		15	15						
вода питьевая		200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				46	1,52	0,16	9,84	47	4,84
ИТОГО					25,44	25,7	88,64	721,2	126,68
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ					60,61	55,81	196,3	1565,8	306,10

Повар-бригадир

коктейль - чай

4 ДЕНЬ

Утверждаю

СИБ-НОВА

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р	
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК									
Сыр твердый порциями №100 2013г.				10	5,12	5,22	0	68,6	12,17
сыр твердый		11	10						
Суп молочный с макаронными изделиями				200	6,4	7,9	19,3	194	20,32
№165 макаронные изделия		16	16						
2013г. молоко питьевое		100	100						
вода питьевая		84	84						
сахар		2,5	2,5						
масло сливочное		4	4						
Чай с сахаром				200	0,1	0	15	60	2,54
№494 чай		1	1						
2013г. сахар		15	15						
вода питьевая		200	200						
Кондитерское изделие в ассортименте				45	3,38	17,1	22,05	256,5	60,00
Биомороженое "Бифибум", ванильное с бифидобактери				50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				50	1,98	0,36	10,2	54,3	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				50	3,04	0,32	16,38	94	5,20
ИТОГО					21,92	34,65	93,43	812,4	162,98
ОБЕД									
Суп картофельный с овощами, мясом и сметаной				250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	39,30
ТТК мясо к/к		30	25						
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"				100	14,6	12	0,6	169	55,55
ТТК курица потрошенная 1 к		167	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						
Рис припущенный				150	3,8	7,3	20,8	164	18,12
№415 крупа рисовая		53	53						
2013г. масло сливочное		5	5						
Сок в ассортименте №518 2013г.				200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				35	1,52	0,16	9,84	47	3,74
ИТОГО					28,94	25,6	80,34	670,2	143,12
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ					50,86	60,25	173,77	1482,6	306,10

Повар-бригадир

Боконгилл, Бейндрокс

Утверждаю

Повар-бригадир

50 mg/ml - 1 ml

6 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда			Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р	
					Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК										
Сыр твердый порциями №100 2013г.					10	3,84	3,92	0	51,45	12,17
сыр твердый			11	10						
Каша молочная манная, с маслом сливочным					200/5	5,1	7,1	28	196	22,31
№262 крупа манная			20	20						
2013г. молоко питьевое			102	102						
вода питьевая			87	87						
сахар			3	3						
масло сливочное			5	5						
Чай с сахаром					200	0,1	0	15	60	2,54
№494 чай			1	1						
2013г. сахар			15	15						
вода питьевая			200	200						
Кондитерское изделие в ассортименте					45	3,38	17,1	22,05	256,5	60,00
Биомороженое "Бифибум", ванильное с бифидобактери					50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
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						17,16	32,27	92,19	732,15	163,08
ОБЕД										
Суп картофельный с макаронными изделиями, с куриц					250/15	4,9	6,3	21,2	211	25,70
№147 курица потрошенная 1 к			27	24						
2013г. 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						
Говядина или свинина, тушенная с капустой					250	12,8	19,8	21,4	316	85,83
№365 говядина к/к			96	81						
2013г. или свинина мясная			96	81						
лук репчатый			16	14						
масло растительное			12	12						
капуста свежая белоко			275	220						
морковь			25	20						
томатная паста			7	7						
мука пшеничная			5	5						
сахар			4	4						
Сок в ассортименте №518 2013г.					200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.					40	2,28	0,24	14,76	70,5	4,23
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.					40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
ИТОГО						21,8	26,58	86,56	725,7	143,02
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ						38,96	58,85	178,75	1457,85	306,10

Повар-бригадир _____

Биомороженое "Бифибум" - 1 шт

7 ДЕНЬ



Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Цена, р
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Масло сливочное порциями №105 2013г.				20	0,05	8,25	0,08	74,8	27,43
масло сливочное		20	20						
Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным				200/5	5,5	6,7	24,5	180	24,03
№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						
Кофейный напиток				200	3,2	2,7	15,9	101	10,31
№501 кофейный напиток		4	4						
2013г. сахар		10	10						
молоко питьевое		50	50						
вода питьевая		150	150						
Кондитерское изделие в ассортименте				20	1,5	2,55	10,35	92	16,00
Джем в индивиду. упаковке				18	6,3	4,1	14,9	122	8,23
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				50	2,64	0,48	13,6	72,4	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный № 108 2013г.				50	3,42	0,36	22,14	105,75	5,20
ИТОГО					22,61	25,14	101,47	747,95	95,45
ОБЕД									
Винегрет овощной				100	0,8	0,1	1,6	10,6	18,87
№71 картофель		33	25						
2013г. свекла		23	18						
морковь		15	12						
огурец консервир		58	32						
лук репчатый		17	15						
масло растительное		5	5						
Суп картофельный с бобовыми, с мясом и сметаной				250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	42,42
№144 мясо к/к		30	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		5	5						
Тефтели, запеченные в молочном соусе				100	14	14,4	10,5	227	64,98
№388 свинина мясная		63	54						
2013г. 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						
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						
Макаронные изделия отварные				180	3,5	4,9	36,8	206	14,06
№291 макаронные изделия		64	64						
2013г. масло сливочное		6	6						
Пюре фруктовое				90	0	0	9,49	37,98	42,25
Сок в ассортименте №518 2013г.				200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб пшеничный витаминизированный № 108 2013г.				24	1,52	0,16	9,84	47	2,51
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
ИТОГО					29,34	26,1	109,93	794,78	210,65
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ					51,95	51,24	211,4	1542,73	306,10

Повар-бригадир _____

подпись повара №100

8 ДЕНЬ

Утверждаю



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый порциями №100 2013г.			10	3,84	3,92	0	51,45	12,17
сыр твердый	11	10						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	30,16	21,3	43,5	486,6	114,08
№313 творог	144	143						
2013г. 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	10	10						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	2,54
№494 чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Джем в индивид.упаковке			18	6,3	4,1	14,9	122	8,23
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			40	2,28	0,24	14,76	70,5	4,16
ИТОГО				44	29,8	94,96	826,75	144,58
ОБЕД								
Суп крестьянский с крупой и сметаной			250/5	7,9	5,8	15,5	146	13,61
№154 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						
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом			90/40	18,9	8,3	9,8	190	59,51
№347 филе минтая с/м	103	84						
2013г. или минтай с/м	105	84						
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			150	3,9	5,9	26,7	176	17,65
№429 картофель	170	128						
2013г. молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	6,21
№508 сухофрукты	20	20						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Биомороженое "Бифибум", ванильное с бифидобактер			50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			41	3,8	0,4	24,6	117,5	4,34
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2,64	0,48	13,6	72,4	1,70
ИТОГО				39,54	24,63	119,5	863,9	161,52
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				83,54	54,43	214,46	1690,65	306,10

Повар-бригадир

исполнитель - [подпись]

9 ДЕНЬ

Утверждаю



Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Масло сливочное порциями №105 2013г.				20	0,05	8,26	0,08	74,8	27,42
масло сливочное		20	20						
Суп молочный с крупой				250	5,9	8,9	25,8	295,5	22,57
№164	молоко питьевое	125	125						
2013г.	вода питьевая	137	137						
	крупы рис	15	15						
	сахар	2,5	2,5						
	масло сливочное	2,5	2,5						
Чай с лимоном				200/5	0,1	0	15,2	61	4,49
№494	чай	1	1						
2013г.	вода питьевая	200	200						
	сахар	15	15						
	лимон	6	5						
Йогуртный продукт в инд.упаковке				95	1,9	3,2	16,6	100	34,58
Джем в индивид.упаковке				18	6,3	4,1	14,9	122	8,23
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				40	1,52	0,16	9,84	47	4,16
ИТОГО					17,09	24,85	89,22	736,5	104,85
ОБЕД									
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК				80	0,5	0,1	1	6,9	21,28
огурцы конс. без уксуса		94	80						
Суп картофельный с овощами, мясом со сметаной				250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	38,30
ТТК	мясо к/к	30	25						
	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						
Печень, тушенная в соусе				90/50	11,5	11,1	5	166	79,03
№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	11,69
№291	макаронные изделия	53	53						
2013г.	масло сливочное	5	5						
Молоко питьевое ультрапастер.с витаминами и йодом 3.				200	5,6	6,4	9,4	118	39,78
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				50	1,32	0,24	6,8	36,2	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				50	2,28	0,2	12,3	58,75	5,92
ИТОГО					31,9	28,84	91,2	753,85	201,25
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ					48,99	53,69	180,42	1490,35	306,10

Повар-бригадир

Итого - 1490,35

10 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Цена, р
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Каша молочная из овсян. хлопьев "Геркулес", с маслом			200/5	7,5	7,7	26	203	16,01
№266 хлопья "Геркулес"	25	25						
2013г. молоко питьевое	52	52						
вода питьевая	132	132						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147	11,00
№496 какао-порошок	3,75	3,75						
2013г. сахар	20	20						
молоко питьевое	50	50						
Биомороженое "Бифидум", ванильное с бифидобактериями			50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			50	1,52	0,16	9,84	47	5,20
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,32	0,24	6,8	36,2	4,25
ИТОГО				16,04	15,35	78,14	518,2	94,96
ОБЕД								
Рассольник "Домашний" с мясом и сметаной			250/20/5	6,8	6,5	15,4	147	44,39
№134 говядина к/к	38	32						
2013г. или свинина мясная	38	32						
картофель	100	75						
капуста свежая	28	22						
морковь	11	9						
лук репчатый	12	10						
огурцы солен. без уксуса	25	14						
масло растительное	6	6						
сметана	5	5						
Котлета по-хлыновски			100	14,1	14,8	12,7	277,8	71,37
ТТК говядина к/к	116	85						
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	17,01
№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						
Напиток из шиповника			200	0,6	0	18,7	77	10,50
№512 шиповник	20	20						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	211	211						
Пюре фруктовое			90	0	0	9,49	37,98	42,25
Кондитерское изделие в ассортименте			20	1,5	2,55	10,35	92	16,00
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,32	0,24	6,8	36,2	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			51	1,52	0,16	9,84	47	5,37
ИТОГО				30,44	30,45	97,28	844,98	211,14
ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ				46,48	45,8	175,42	1363,18	306,10

Повар-бригадир

всего сахара - 1 кг

11 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Сыр твердый порциями №100 2013г.				15	3,84	3,92	0	51,45	18,26
сыр твердый		16	15						
Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным				200/5	5,5	5,9	27	205	15,75
№265 крупа кукурузная		25	25						
2013г. молоко питьевое		50	50						
вода питьевая		135	135						
сахар		3	3						
масло сливочное		5	5						
Чай с сахаром				200	0,1	0	15	60	2,54
№494 Чай		1	1						
2013г. сахар		15	15						
вода питьевая		200	200						
Йогуртный продукт в инд.упаковке				95	1,9	3,2	16,6	100	34,58
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				30	3,8	0,4	24,6	117,5	3,12
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				30	2,64	0,48	13,6	72,4	2,55
ИТОГО					17,78	13,9	96,8	606,35	76,80
ОБЕД									
Салат из белокачанной капусты с морковью				100	1,6	10,1	9,6	136	7,97
№4 капуста свежая белокоч		106	84						
2013г. морковь		13	10						
сахар		5	5						
масло растительное		5	5						
лимонная кислота		0,1	0,1						
вода питьевая		5	5						
Уха с крупой				250/100	18,1	10,1	14	219	84,27
№152 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 или грудка куриные запеченные "Домашние"				100	14,6	12	0,6	169	49,27
ТТК курица потрошенная 1 ка		167	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						
Картофельное пюре				150	3,9	5,9	26,7	176	17,65
№429 картофель		205	154						
2013г. молоко питьевое		29	29						
масло сливочное		7	7						
Кисель из концентрата				200	0,3	0,2	21,5	89	4,53
№503 кисель		24	24						
2013г. вода питьевая		190	190						
Пюре фруктовое				90	0	0	9,49	37,98	42,25
Кондитерское изделие в ассортименте				20	0,22	0,03	15,76	64,4	14,69
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				42	1,52	0,16	9,84	47	4,42
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				50	1,32	0,24	6,8	36,2	4,25
ИТОГО					41,56	38,73	114,29	974,58	229,30
ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ					59,34	52,63	211,09	1580,93	306,10

Повар-бригадир

заскрип кашинь - тини

12 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК									
Масло сливочное порциями №105 2013г.				10	0,1	16,5	0,16	149,6	13,71
	масло сливочное	10	10						
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным				200/5	7,6	8,2	20,7*	187	18,92
№255	крупа рис	31	31						
2013г.	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	128	128						
	сахар	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном				200/5	0,1	0	15,5	62	4,49
№494	чай	1	1						
2013г.	сахар	15	15						
	лимон	6	5						
	вода питьевая	200	200						
Кондитерское изделие в ассортименте				45	3,38	17,1	22,05	256,5	60,00
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				50	3,04	0,32	19,68	94	5,20
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				50	2,64	0,48	13,6	72,4	4,26
ИТОГО					16,86	42,6	91,69	821,5	106,57
ОБЕД									
Свекольник с мясом, со сметаной				250/20/10	7,7	6,3	21	172	46,77
№131	говядина к/к	38	32						
2013г.	или свинина мясная	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	80,17
ТТК	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						
Компот из смеси сухофруктов				200	0,5	0	18,8	77	6,21
№508	сухофрукты	20	20						
2013г.	сахар	15	15						
	вода питьевая	200	200						
Биоморожено "Бифибум", ванильное с бифидобактер				50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.				51	1,52	0,16	9,84	47	5,33
ИТОГО					28,24	28,85	104,64	795,2	199,53
ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ					45,1	71,45	196,33	1616,7	306,10

Повар-бригадир

Батончики "Бифибум" - 1 шт

13 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый порциями №100 2013г.			20	5,12	5,22	0	68,6	24,35
сыр твердый	21	20						
Масло сливочное порциями №105 2013г.			15	0,05	8,25	0,08	74,8	20,57
масло сливочное	16	15						
Суп молочный с макаронными изделиями			200	6,4	7,9	19,3	174	13,71
№165 макаронные изделия	16	16						
2013г. молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	84	84						
сахар	2,5	2,5						
масло сливочное	2,5	2,5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	10,31
№501 кофейный напиток	4	4						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	50	50						
вода питьевая	150	150						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	2,64	0,48	13,6	72,4	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			50	3,04	0,32	19,68	94	5,20
ИТОГО				20,45	24,87	68,56	584,8	78,39
ОБЕД								
Суп картофельный с крупой, с мясом			250/30	7,7	5,9	21,1	168	52,00
ТТК мясо к/к	57	48						
крупя перловая	6	6						
картофель	100	75						
лук репчатый	12	10						
морковь	12,5	10						
масло сливочное	6	6						
Котлета рыбная натуральная запеченная			100	13,9	16,3	7,6	233	65,21
ТТК филе минтая с/м	140	105						
или минтай с/м	140	105						
лук репчатый	3,5	3						
яичный порошок	1,12	1,12						
сухари панировочные	5	5						
масло растительное дл	2	2						
хлеб пшеничный	15	15						
Овощи припущенные			150	2,2	3,8	20,3	124	18,66
ТТК морковь	81,25	65						
лук репчатый	18	15						
картофель	109	82						
мука пшеничная	3	3						
масло сливочное	5	5						
Кондитерское изделие в ассортименте			20	1,5	2,55	10,35	92	16,00
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
Коктейль молоч.обогашен.йодом			200	0,5	0	22,4	92	41,47
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	2,64	0,48	13,6	72,4	4,25
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			60	3,8	0,4	24,6	117,5	6,26
ИТОГО				32,74	29,43	142,35	990,9	227,71
ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ				53,19	54,3	210,91	1575,7	306,10

Повар-бригадир

начальник сахарного цеха

14 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Масло сливочное порциями №105 2013г.			15	0,08	8,25	0,08	74,8	20,57
масло сливочное	15	15						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	30,16	21,3	43,6	486,6	114,08
№313 творог	144	143						
2013г. 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	10	10						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	2,54
№493 чай	1	1						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Джем в индивид.упаковке			18	6,3	4,1	14,9	122	8,23
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			40	2,28	0,24	14,76	70,5	4,16
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	1,32	0,24	6,8	36,2	3,40
ИТОГО				40,21	34,13	95,04	850,1	152,98
ОБЕД								
Борщ с мелкошинков. овощами, с курицей и сметаной			250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	29,49
ТТК курица потрошен. 1 кат	27	24						
или грудка куриная на кост	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						
Биточки рубленные из птицы запеченные			90	11,4	15,2	11,2	265,8	39,10
№412 фарш куриный пром пр	60	60						
2013г. хлеб пшеничный витам	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 смазки ли	2	2						
Рис припущенный			150	3,8	7,3	20,8	164	18,12
№415 крупа рисовая	53	53						
2013г. масло сливочное	5	5						
Йогуртный продукт в инд.упаковке			95	1,9	3,2	16,6	100	34,58
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			52	1,52	0,16	9,84	47	5,42
ИТОГО				25,64	32	99,84	828	153,12
ИТОГ ЗА 14 ДЕНЬ				65,85	66,13	194,88	1678,1	306,10

Повар-бригадир _____

Борщ - 1шт

15 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, р
ЗАВТРАК								
Каша молочная пшенная, с маслом сливочным			200/5	6,6	7,4	23,7	188	24,54
№267 крупа пшено	30	30						
2013а. молоко питьевое	112	112						
вода питьевая	68	68						
сахар	3	3						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	2,54
№494 чай	1	1						
2013а. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Биомороженое "Бифибум", ванильное с бифидобактер			50	1,9	3,75	10,5	85	58,50
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			30	3,04	0,32	19,68	94	3,12
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			20	2,84	0,48	13,6	72,4	1,70
ИТОГО				14,28	11,95	82,48	499,4	90,40
ОБЕД								
Свекла отварная			100	1,5	0,1	9,1	43,3	6,00
№26 свекла до 01.01.-20%	126	100						
2021а. свекла с 01.01.-25%	134	100						
Суп картофельный с макаронными изделиями, с куриц			250/15	4,9	6,3	21,2	161	24,50
№147 курица потрошенная 1 к	27	24						
2013а. или грудка куриная на 1	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, запеченная со сметаной и сыром			100	21,4	14,5	4,3	233,3	91,69
ТТК филе минтая с/м	150	113						
или минтай с/м	141	113						
мука пшеничная	5	5						
сметана	10	10						
сыр твердый	16	15						
масло растительное	4	4						
Картофельное пюре			150	3,9	5,9	26,7	176	17,65
№429 картофель	170	128						
2013а. молоко питьевое	24	24						
масло сливочное	5	5						
Компот из изюма			200	0,3	0	20,1	81	9,73
№512 изюм	20	20						
2013а. сахар	15	15						
вода питьевая	207	207						
Кондитерское изделие в ассортименте			45	3,38	17,1	22,05	256,5	60,00
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			20	1,98	0,36	10,2	54,3	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			43	2,66	0,28	17,22	82,25	4,43
ИТОГО				40,02	44,54	130,87	1087,65	215,70
ИТОГ ЗА 15 ДЕНЬ				54,3	56,49	213,35	1587,05	306,10

Повар-бригадир

Бакин И. Бифидом - 1шт