

Директор МАОУ КШ № 3 г. Ишима

Ю.А. Козлов

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 246 р. 10к. ежедневно**

**с 12 января 2026 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	Выход, г	Химический состав			Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
ЗАВТРАК							
Масло сливочное порциями №105 2013г.			10	0,05	8,25	0,08	74,8
масло сливочное	10	10					
Каша молочная кукурузная, маслом сливочным			250/5	9,5	10,5	36,5	279
№265 крупа кукурузная	32	32					
2013г. молоко питьевое	50	50					
вода питьевая	180	180					
сахар	4	4					
масло сливочное	5	5					
Какао с молоком			200	3,8	3,5	25	147
№496 какао-порошок	3,75	3,75					
2013г. сахар	20	20					
молоко питьевое	50	50					
вода питьевая	150	150					
Йогуртный продукт в инд.упаковке			95	1,9	3,2	16,8	100
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			20	1,67	0,17	10,84	51,7
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2
ИТОГО				18,24	25,86	96,02	688,7
ОБЕД							
Рассольник "Домашний" с курицей и сметаной			250/15/5	5,3	5,8	12,2	122
№132 курица потрош. 1 категории							
2013г. (разделка мякоть без к	27	24					
или грудка кур. на кости	30	24					
или бедро куриное	30	24					
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	5	5					
Котлеты, биточки мясные			100	12,4	12,6	15,8	263
№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 панировочные	6	6					
масло растительное для смазки ли	2	2					
Каша гречневая рассыпчатая			180	4,8	6,1	29,2	191
№237 крупа гречневая	85	85					
2013г. вода питьевая	108	108					
масло сливочное	5	5					
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			31	1,67	0,17	10,84	51,7
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2
ИТОГО				25,99	24,91	97,24	755,9
ИТОГ ЗА 1 ДЕНЬ				44,23	50,77	193,26	1444,6
							246,10

Повар-бригадир

С 12 - 18



с 18-го

Утверждаю  
С.И. НОВА

ДЕНЬ

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>ЗАВТРАК</b>								
пир твердый порциями №100 2013г.				10	5,12	6,22	0	68,6
сыр твердый		11	10					
ша молочная манная, с маслом сливочным				250/5	7,3	9,8	35	257
262	крупа манная	25	25					
13г.	молоко питьевое	50	50					
	вода питьевая	186	186					
	сахар	4	4					
	масло сливочное	5	5					
ий с сахаром				200	0,1	0	15	60
494	чай	1,8	1,8					
13г.	сахар	15	15					
	вода питьевая	200	200					
оре фруктовое				90	0	0	9,49	37,98
леб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				30	1,67	0,17	10,84	51,7
леб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				30	1,32	0,24	6,8	36,2
<b>ИТОГО</b>					<b>15,51</b>	<b>15,43</b>	<b>77,13</b>	<b>511,48</b>
<b>ОБЕД</b>								
вощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК				60	0,5	0,1	1	6,9
огурцы конс. без уксуса		70	60					
уп гороховый с мясом и гречками				250/15/20	9,9	6,7	31,8	227
144	мясо к/к	30	25					
13г.	горох	21	21					
	картофель	73	55					
	морковь	17,5	14					
	лук репчатый	14	12					
	масло сливочное	6	6					
	хлеб пшеничный	32	32					
аркое по-домашнему				250	14,2	15,9	29,9	320
369	мясо к/к	87	74					
асса отварного мяса								50
13г.	картофель	259	195					
	морковь	35	28					
	лук репчатый	14	12					
	масло растительное	10	10					
омпот из кураги				200	0,6	0	18,7	77
512	курага	20	20					
13г.	сахар	6	6					
	вода питьевая	211	211					
леб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				42	1,67	0,17	10,84	51,7
леб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2
<b>ИТОГО</b>					<b>28,19</b>	<b>23,11</b>	<b>99,04</b>	<b>718,8</b>
<b>ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ</b>					<b>43,7</b>	<b>38,54</b>	<b>176,17</b>	<b>1230,28</b>
								<b>246,10</b>

товар-бригадир \_\_\_\_\_

3 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	30,16	21,3 *	43,5	486,6	117,13
№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 сахаром	10	10					
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,2	61	5,14
№494	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
	лимон	6	5					
Хлеб витамин. "Соловецкий" №108 2013г.			20	1,67	0,17	10,84	51,7	2,34
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО				33,25	21,71	76,34	635,5	126,64
ОБЕД								
Щи из свежей капусты со сметаной			250/5	6,1	7,2	7,8	152	11,45
№142	капуста свеж. белокочанная	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	86,43
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 листа	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	4,2	5,9	44,2	247	13,33
№291	макаронные изделия	53	53					
2013г.	масло сливочное	5	5					
Кисель из концентрата			200	0,3	0,2	21,5	89	4,53
№503	кисель	24	24					
2013г.	вода питьевая	190	190					
Хлеб витамин. "Соловецкий" №108 2013г.			15	1,67	0,17	10,84	51,7	1,69
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО				26,09	26,91	99,74	778,9	119,46
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ				59,34	48,62	176,08	1414,4	246,10

Повар-бригадир



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.			15	5,12	5,22	0	68,6	25,74
сыр твердый	16	15						
Суп молочный с макаронными изделиями			250	8	9,9	24	218	16,77
№165 макаронные изделия	20	20						
2013г. молоко питьевое	80	80						
вода питьевая	170	170						
сахар	2	2						
масло сливочное	4	4						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,19
№494 чай	1,8	1,8						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Кондитерское изделие в ассортименте			15	0,15	0,05	12,15	49,5	21,97
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			50	1,67	0,17	10,84	51,7	5,85
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.			50	1,32	0,24	6,8	36,2	5,07
ИТОГО				16,36	15,58	68,79	484	78,59
ОБЕД								
Суп картофельный с овощами, мясом и сметаной			250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	41,26
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	70,51
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			180	2,9	3,7	25	147	23,79
№415 крупа рисовая	64	64						
2013г. масло сливочное	6	6						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			43	1,67	0,17	10,84	51,7	5,05
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.			30	1,32	0,24	6,8	36,2	3,04
ИТОГО				28,19	22,01	85,54	657,9	167,51
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ				44,55	37,59	154,33	1141,9	246,10

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

5 ДЕНЬ

Утверждаю

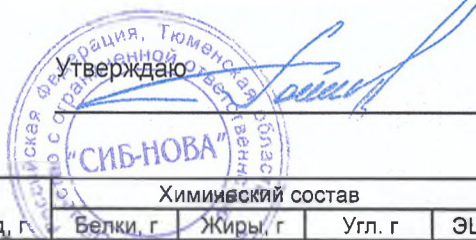
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			Цена, р	
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК									
Масло сливочное порциями №105 2013г.				10	0,05*	8,25	0,08	74,8	16,99
масло сливочное		10	10						
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным				250/5	9,4	11,5	26	245	17,59
№264	крупа пшеничная	30	30						
2013г.	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	182	182						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток				200	3,2	2,7	15,9	101	10,41
№501	кофейный напиток	4	4						
2013г.	сахар	10	10						
	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	150	150						
Хлеб витамин. "Соловецкий" №108 2013г.				50	1,67	0,17	10,84	51,7	5,85
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				50	1,32	0,24	6,8	36,2	5,07
ИТОГО					15,64	22,86	59,62	508,7	55,91
ОБЕД									
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК				60	0,83	0,17	1,7	11,5	15,96
огурцы конс. без уксуса		70	60						
Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной				250/20/5	7,9	5,7	12,1	131	45,41
ТТК	мясо к/к	38	32						
	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, запеченная со сметаной и сыром				100	21,4	14,5	4,3	233,3	90,59
ТТК	филе минтая с/м	150	113						
	или минтай с/м	141	113						
	мука пшеничная	5	5						
	сметана	10	10						
	сыр твердый	11	10						
	масло растительное	4	4						
Картофельное пюре				180	3,9	5,9	26,7	176	24,90
№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						
Хлеб витамин. "Соловецкий" №108 2013г.				40	1,67	0,17	10,84	51,7	4,74
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	4,06
ИТОГО					37,32	26,88	83,94	728,7	190,19
ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ					52,96	49,74	143,56	1237,4	246,10

Повар-бригадир



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	17,16
сыр твердый		11	10						
Каша молочная манная, с маслом сливочным				250/5	7,3	9,8	35	257	23,59
№262	крупа манная	25	25						
2013г.	молоко питьевое	95	95						
	вода питьевая	141	141						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром				200	0,1	0	15	60	3,19
№494	чай	1,8	1,8						
2013г.	сахар	15	15						
	вода питьевая	200	200						
Гюре фруктовое				90	0	0	9,49	37,98	42,25
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				40	1,67	0,17	10,84	51,7	4,68
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	4,06
ИТОГО					14,23	14,13	77,13	494,33	94,93
ОБЕД									
Суп картофельный с макаронными изделиями и курице				250/15	4,9	6,3	21,2	211	30,55
№147	курица потрошенная 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						
Говядина или свинина, тушённая с капустой				250	12,8	19,8	21,4	316	85,84
№365	говядина к/к	96	81						
2013г.	или свинина мясная	96	81						
	лук репчатый	16	14						
	масло растительное	12	12						
	капуста свежая белокоч	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 витамин."Соловецкий" №108 2013г.				59	1,67	0,17	10,84	51,7	6,86
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	4,06
ИТОГО					21,19	26,51	82,64	706,9	151,17
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ					35,42	40,64	159,77	1201,23	246,10

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

41,13	40,31	94,99	100,2	101,11
-------	-------	-------	-------	--------

7 ДЕНЬ



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	16,99
масло сливочное		10	10						
Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным				250/5	6,9	8,4	28,7	218	26,36
№260 крупа рисовая		19	19						
2013г. крупа пшено		13	13						
молоко питьевое		100	100						
вода питьевая		117	117						
сахар		4	4						
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						
Джем в индивиду.упаковке				18	6,3	4,1	14,9	122	8,23
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				40	1,67	0,17	10,84	51,7	4,68
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	4,06
ИТОГО					19,44	23,86	77,22	603,7	70,63
ОБЕД									
Винегрет овощной				100	0,8	0,1	1,6	10,6	18,94
№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	42,32
№144 мясо к/к		29	24						
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	67,28
№388 свинина мясная		63	54						
2013г. говядина к/к		64	54						
хлеб пшеничный витамин		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	4,2	5,9	44,2	247	16,03
№291 макаронные изделия		64	64						
2013г. масло сливочное		6	6						
Сок в ассортименте №518 2013г.				200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				42	1,67	0,17	10,84	51,7	5,01
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО					30,19	27,11	108,84	802,5	175,47
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ					49,63	50,97	186,06	1406,2	246,10

Повар-бригадир



8 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	5,12	5,22	0	68,6	17,16
сыр твердый			11					
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	30,16	21,3	43,5	486,6	117,13
№313 творог			144					
2013г. крупа манная			11					
вода питьевая для каш			36					
яичный порошок			3,27					
сахар			6					
ванилин			0,01					
сметана			6					
сухари пшеничные			6					
масло сливочное для смазки листа			4					
масса готовой запеканки			150					
молоко сгущённое с сахаром			10					
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,19
№494 чай			1,8					
2013г. сахар			15					
вода питьевая			200					
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			20	1,67	0,17	10,84	51,7	2,34
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО				38,37	26,93	76,14	703,1	141,85
ОБЕД								
Суп крестьянский с крупой и сметаной			250/5	7,9	5,8	15,5	146	14,92
№154 капуста свежая белокоп			40					
2013г. картофель			37					
крупка перловая			10					
морковь			12,5					
лук репчатый			12					
масло сливочное			4					
сметана			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					
2013г. или минтай с/м			105					
хлеб пшеничный			14					
молоко питьевое			14					
яичный порошок			1,96					
мука пшеничная			7					
соус сметанный с томатом			40					
№444 сметана			15					
2013г. мука пшеничная			3					
вода питьевая			25					
томатная паста			1,6					
масло растительное для смазки ли			3					
Картофельное пюре			150	3,9	5,9	26,7	176	21,50
№429 картофель			170					
2013г. молоко питьевое			24					
масло сливочное			5					
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	6,21
№508 сухофрукты			20					
2013г. сахар			15					
вода питьевая			200					
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			21	1,32	0,24	6,8	36,2	2,11
ИТОГО				32,52	20,24	77,6	625,2	104,25
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				70,89	47,17	153,74	1328,3	246,10

Повар-бригадир



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.				10	0,05	8,25	0,08	74,8	16,99
масло сливочное		10	10						
Суп молочный с крупой				250	5,9	8,9	25,8	280	23,39
№164	молоко питьевое	125	125						
2013г.	вода питьевая	137	137						
	крупa 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	5,14
№494	чай	1,8	1,8						
2013г.	вода питьевая	200	200						
	сахар	15	15						
	лимон	6	5						
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				20	1,67	0,17	10,84	51,7	2,34
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.				16	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
ИТОГО					9,04	17,56	58,72	503,7	49,56
ОБЕД									
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК				60	0,5	0,1	1	6,9	15,96
огурцы конс. без уксуса		70	60						
Суп картофельный с овощами, мясом со сметаной				250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	41,26
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	81,96
№401	печень говяжья	161	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	4,2	5,9	44,2	247	13,33
№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 витамин."Соловецкий" №108 2013г.				21	1,67	0,17	10,84	51,7	2,55
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.				16	1,32	0,24	6,8	36,2	1,70
ИТОГО					31,99	29,81	97,14	787,8	196,54
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ					41,03	47,37	155,86	1291,5	246,10

Повар-бригадир



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				250/5	9,4	9,6	32,5	254	17,41
№266	хлопья "Геркулес"	32	32						
2013г.	молоко питьевое	45	45						
	вода питьевая	184	184						
	сахар	4	4						
	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						
Кондитерское изделие в ассортименте				28	1,68	6,16	15,68	124,32	13,65
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				50	1,67	0,17	10,84	51,7	5,85
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				50	1,32	0,24	6,8	36,2	5,07
ИТОГО					17,87	19,67	90,82	613,22	52,98
ОБЕД									
Рассольник "Домашний" с мясом и сметаной				250/20/5	6,8	6,5	15,4	147	44,10
№132	мясо к/к	38	32						
2013г.	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						
Котлета по-хлыновски				100	14,1	14,8	12,7	240	73,75
ТТК	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	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						
Коктейль молоч.обогашен.йодом				200	0,5	0	22,4	92	41,47
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				36	1,67	0,17	10,84	51,7	4,26
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО					29,59	27,91	100,84	773,9	193,12
ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ					47,46	47,58	191,66	1387,12	246,10

Повар-бригадир



11 ДЕНЬ

Утверждаю

СИБ-НОВА

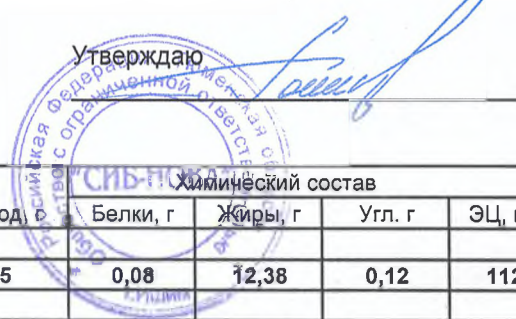
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			Цена, р	
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным				250/5	9,5	10,5	36,5	279	18,56
№265	крупа кукурузная	32	32						
2013г.	молоко питьевое	50	50						
	вода питьевая	180	180						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром				200	0,1	0	15	60	3,35
№494	чай	2	2						
2013г.	сахар	15	15						
	вода питьевая	20	200						
Йогуртный продукт в инд.упаковке				95	1,9	3,2	16,8	100	34,58
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				20	1,67	0,17	10,84	51,7	2,34
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО					14,49	14,11	85,94	526,9	60,86
ОБЕД									
Уха с крупой				250/100	18,1	10,1	14	219	86,24
№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	70,51
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						
Картофельное пюре				150	3,9	5,9	26,7	176	19,29
№429	картофель	205	154						
2013г.	молоко питьевое	29	29						
	масло сливочное	5	5						
Кисель из концентрата				200	0,3	0,2	21,5	89	4,53
№503	кисель	24	24						
2013г.	вода питьевая	190	190						
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				23	1,67	0,17	10,84	51,7	2,64
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО					39,89	28,61	80,44	740,9	185,24
ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ					54,38	42,72	166,38	1267,8	246,10

Повар-бригадир



12 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.				15	0,08	12,38	0,12	112,2	25,49
масло сливочное		15	15						
Каша молочная рисовая, с маслом сливочным				250/5	9,8	10,7	31	260	27,73
№255	крупа рис	38	38						
2013г.	молоко питьевое	95	95						
	вода питьевая	128	128						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Чай с лимоном				200/5	0,1	0	15,5	62	5,31
№494	чай	2	2						
2013г.	сахар	15	15						
	лимон	6	5						
	вода питьевая	200	200						
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				20	1,67	0,17	10,84	51,7	2,34
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО					12,97	23,49	64,26	522,1	62,90
ОБЕД									
Свекольник с мясом, со сметаной				250/20/10	7,7	6,3	21	172	46,59
№131	мясо к/к	38	32						
2013г.	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	83,45
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						
Пюре фруктовое				90	0	0	9,49	37,98	42,25
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				23	1,67	0,17	10,84	51,7	2,67
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2	2,03
ИТОГО					26,49	25,11	104,63	752,88	183,20
ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ					39,46	48,6	168,89	1274,98	246,10

Повар-бригадир

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	5,42	5,22	0	68,6	34,32
сыр твердый		21	20						
Масло сливочное порциями №105 2013г.				10	0,05	8,25	0,08	74,8	16,99
масло сливочное		10	10						
Суп молочный с макаронными изделиями				250	8	9,9	24	218	16,77
№165	макаронные изделия	20	20						
2013г.	молоко питьевое	80	80						
	вода питьевая	170	170						
	сахар	2	2						
	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 витамин."Соловецкий" №108 2013г.				40	1,67	0,17	10,84	51,7	4,68
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.				40	1,32	0,24	6,8	36,2	4,06
ИТОГО					19,36	26,48	57,62	550,3	87,13
ОБЕД									
Суп картофельный с крупой, с мясом				250/15	7,7	5,9	21,1	168	36,04
ТТК	мясо к/к	29	25						
	крупа перловая	6	6						
	картофель	100	75						
	лук репчатый	12	10						
	морковь	12,5	10						
	масло сливочное	6	6						
Котлета рыбная натуральная запеченая				100	15,5	19,7	9,2	276	65,44
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				180	2,2	3,8	20,3	124	21,65
ТТК	морковь	97	78						
	лук репчатый	21	18						
	картофель	109	82						
	мука пшеничная	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Сок в ассортименте №518 2013г.				200	0,5	0	22,4	92	23,86
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				59	1,67	0,17	10,84	51,7	6,91
Хлеб рж-пш "Дарницкий"№110 2013г.				50	1,32	0,24	6,8	36,2	5,07
ИТОГО					28,89	29,81	90,64	747,9	158,97
ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ					48,25	56,29	148,26	1298,2	246,10

Повар-бригадир



Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, со сгущённым молоком				150/10	30,16	21,3	43,5	486,6
№313	творог	144	143					117,13
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 сахаром				200	0,1	0	15	60
№494	чай	1,8	1,8					3,19
2013г.	сахар	15	15					
	вода питьевая	200	200					
Джем в индивид.упаковке				18	6,3	4,1	14,9	122
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				20	1,67	0,17	10,84	8,23
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	51,7
ИТОГО					39,55	25,81	91,04	2,34
ОБЕД								2,03
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и смет				250/15/5	5,2	5,9	12,2	123
ТТК	курица потрошен 1 кате	27	24					34,50
	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					
Биточки рубленые из птицы запеченные				90	18,2	18,9	13,1	295
№412	фарш куриный пром пр	60	60					48,88
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	2,9	3,7	25	147
№415	крупа рисовая	53	53					19,76
2013г.	масло сливочное	5	5					
Кисель из концентрата				200	0,3	0,2	21,5	89
№503	кисель	24	24					4,53
2013г.	вода питьевая	190	190					
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.				30	1,67	0,17	10,84	51,7
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.				20	1,32	0,24	6,8	36,2
ИТОГО					29,59	29,11	89,44	741,9
ИТОГ ЗА 14 ДЕНЬ					69,14	54,92	180,48	1498,4
								246,10

Повар-бригадир



15 ДЕНЬ

Утверждаю



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Цена, р
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	
ЗАВТРАК							
Масло сливочное порциями №105 2013г.			15	0,05	8,25	0,08	22,25
масло сливочное	15	15				74,8	
Каша молочная пшенная, с маслом сливочным			250/5	9,9	10,5	30,5	25,49
№267 крупа пшено	32	32					
2013г. молоко питьевое	80	80					
вода питьевая	150	150					
сахар	4	4					
масло сливочное	5	5					
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	3,19
№494 чай	1,8	1,8				60	
2013г. сахар	15	15					
вода питьевая	200	200					
Кондитерское изделие в ассортименте			20	0,22	0,03	15,76	14,69
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			50	1,67	0,17	10,84	5,85
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			50	1,32	0,24	6,8	5,07
ИТОГО				13,26	19,19	78,98	76,54
ОБЕД							
Свекла отварная			100	1,5	0,1	9,1	6,40
№26 свекла до 01.01.-20%	126	100				43,3	
2021г. свекла с 01.01-25%	134	100					
Суп картофельный с макаронными изделиями, с курицей			250/15	4,9	6,3	21,2	30,55
№147 курица потрошенная 1 кг	27	24					
2013г. или грудка куриная на кости	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	90,59
ТТК филе минтая с/м	150	113				233,3	
или минтай с/м	141	113					
мука пшеничная	5	5					
сметана	10	10					
сыр твердый	11	10					
масло растительное	4	4					
Картофельное пюре			180	3,9	5,9	26,7	24,90
№429 картофель	205	154				176	
2013г. молоко питьевое	29	29					
масло сливочное	7	7					
Компот из изюма			200	0,3	0	20,1	9,73
№512 изюм	20	20				81	
2013г. сахар	15	15					
вода питьевая	207	207					
Хлеб витамин."Соловецкий" №108 2013г.			37	1,67	0,17	10,84	4,35
Хлеб рж-пш "Дарницкий" №110 2013г.			30	1,32	0,24	6,8	3,04
ИТОГО				34,99	27,21	99,04	169,56
ИТОГ ЗА 15 ДЕНЬ				48,25	46,4	178,02	246,10

Повар-бригадир