



ПРИМЕРНОЕ 20-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7 ми до 11 ЛЕТ (осенне-весенний сезон)

Тюмень 2023 год

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК,ОБЕД для детей с 7 до 11 лет (сезон осень, зима, весна)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную ведомость, аннотацию, таблицу по соли и специям.

1 день

			b.		Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Номер рецептуры
Завтрак			572	18.97	19.39	79.57	579.51	
Каша пшено-кукурузная с медом и клубникой			200	0.00	5.61	32.56	187.93	ТТК 1
крупа пшено	10.00	10.00						
крупа кукурузная	30.00	30.00						0
мед	5.00	5.00						
сахар-песок	4.00	4.00						
масло сливочное	5.00	5.00						
клубника с/м	8.00	8.00						
молоко питьевое	105.00	100.00						
вода питьвая	140.00	140.00						
крахмал кукурузный	0.30	0.30						
соль йодированная	0.60	0.60						
Сырники творожные с ягодным соусом			150	16.95	13.43	31.36	316.45	ТТК 2
творог	80.85	77.00	100	16.64	13.34	26.74	297.03	
сахар-песок	2.00	2.00						
соль йодированная	0.33	0.33						
мука пшеничная	8.00	8.00						
яйцо куриное	11.00	11.00						8
ванилин	0.50	0.50			7			
крупа манная	16.00	16.00			,			
масса п/ф		114.83						
мука пшеничная на подпыл	4.00	4.00						
масло растительное	5.00	5.00						
Соус "Ягодный"			50	0.31	0.09	4.62	19.42	
смородина с/м	18.00	18.00						
вода питьевая	9.00	9.00						
сахар песок	4.00	4.00						

абрикос с'м 20.00 20.00 8.00 8.00 8.00 8.00 8.00 8.	крахмал кукурузный	0.75	0.75					,	
Наштов "Манто-абрикос" 20.00 2.00 0.26 0.07 3.99 19.25 № 6.31 абрикос ом варикос ом сахар несох воль пода интъевая рода интъевая рода интъевая развържника пода интъевая развържн				или	· ·			T	
абрикос с'м сахар песок ж.00	Сырники творожные промышленного производств	а с ягодным соу	усом	150	16.95	13.43	31.36	316.45	
сахар песов 8.00 8.00 10.00	Напиток "Манго-абрикос"			200	0.26	0.07	3.99	19.25	№ 631-2004
Майно с/м нода питъсвая 200,000 200,000	абрикос с/м	20.00	20.00						
Вода интьевая 200,00 200,00 1 2 1 2 2 1 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 <td>сахар песок</td> <td></td> <td>8.00</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	сахар песок		8.00						
Nacion	· ·		<u> </u>						
755 26,96 27,64 111,39 822,50 Оващиюй салат с кус-кусом 20,00 20,00 4.72 8.20 82,71 TTI томяты свежие грунговые 20,00 20,00 4.72 8.20 82,71 TTI томяты свежие грунговые 20,00 20,00 4.72 8.20 82,71 TTI картофель Ольогия паринковые 25,00 20,00 4.72 8.20 82,71 TTI картофель Ольогия паринковые 25,00 20,00 4.72 8.20 82,71 TTI картофель Ольогия паринковые 25,00 20,00 4.72 8.20 82,71 TTI картофель Ольогия паринковые 25,00 20,00 4.72 8.20 82,71 4.72 4.72 8.20 82,71 4.72 4.72 8.20 8.20 8.20 6.72 6.72 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20 8.20	вода питьевая	200.00	200.00					;	1
Овощной салат с кус-кусом 60 1.00 4.72 8.20 82.71 ТПП томаты свежие грунтовые томаты свежие парниковые 20.40 20.00 1	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный			22	1.76	0.28	11.66	55.88	
томаты свежие прунтовые 21.00 20.00	Обед			755	26.96	27.64	111.39	822.50	
Томаты свежие паринковые 20.40 20.0	Овощной салат с кус-кусом			60	1.00	4.72	8.20	82.71	ттк
капуста белокачанная 25.00 20.00	томаты свежие грунтовые	21.00	20.00						
Капуста белокачанная 25.00 20.00	томаты свежие парниковые	20.40							×
крупа кус-кус 3.33 3.33 3.33 3.33 3.33 3.33 3.33 3.	·	25.00	20.00			3			
Масса отварного кус-кус 10 10 10 10 10 10 10 1	или пекинская капуста	27.00	20.00					1	
жисси отморного кус-кус соус медово-лимонный: 10	крупа кус-кус	3.33	3.33						
масло растительное 7.00 7.00	масса отварного кус-кус		10						
масло растительное 7.00 7.00	соус медово-лимонный:		10						
мед 1.60 1.60 лимон 3.50 3.50 соль йодированная 0.20 0.20 Борш с птицей и сметаной 220 7.34 2.01 19.36 152.29 №169-200 масса отварного мяса 10.00 11.05 картофель 01.09-31.10 14.70 11.05 картофель 01.11-31.12 15.80 15.80 картофель 01.01-29.02 17.02 17.02 картофель 01.03 18.45 18.45	масло растительное	7.00	7.00						
лимон 3.50 3.50 соль йодированная 0.20 0.20 Борщ с птицей и сметаной 220 7.34 2.01 19.36 152.29 №169-200 масса отварного мяса картофель 01.09-31.10 14.70 11.05 картофель 01.11-31.12 15.80 картофель 01.01-29.02 17.02 картофель 01.03 18.45			1.60			8			
Борщ с птицей и сметаной 220 7.34 2.01 19.36 152.29 №169-200 грудка куринная 16.20 12.00 10.00<			3.50						
Борщ с птицей и сметаной 220 7.34 2.01 19.36 152.29 №169-200 грудка куринная 16.20 12.00 10.00	соль йодированная	0.20	0.20						
масса отварного мяса 10.00 картофель 01.09-31.10 14.70 картофель 01.11-31.12 15.80 картофель 01.01-29.02 17.02 картофель 01.03 18.45	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			220	7.34	2.01	19.36	152.29	№169-2006
картофель 01.09-31.10 14.70 11.05 картофель 01.11-31.12 15.80 картофель 01.01-29.02 17.02 картофель 01.03 18.45	грудка куринная	16.20	12.00						
картофель 01.11-31.12 15.80	масса отварного мяса		10.00						
картофель 01.01-29.02 17.02 картофель 01.03 18.45	картофель 01.09-31.10	14.70	11.05						
картофель 01.03 18.45	картофель 01.11-31.12	15.80	[
	картофель 01.01-29.02	17.02]						
капуста белокочанная свежая 23.75 19.00	картофель 01.03	18.45							
	капуста белокочанная свежая	23.75	19.00						
свекла - до 01.01 - 20% 37.50 30.00	свекла - до 01.01 - 20%	37.50	30.00						

c 01.01 - 25%	39.90	30.00						6)
морковь до 01.0120%	13.75	11.00						
c 01.01 - 25%	14.63	11.00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	3.25	3.25						
лук репчатый	11.90	10.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
масло сливочное 72,5%	7.00	7.00						
или масло растительное	7.00	7.00	1					
сметана	4.00	4.00						
соль йодированная	1.50	1.50						
сахар песок	1.75	1.75						
Митболл в овсяной панировке			90	11.78	17.01	21.14	308.79	
Фарш домашний:								
филе бедра	13.48	12.25						
говядина	13.48	12.25						
свинина	15.44	14.70						
яйцо куриное	2.45	2.45						
лук репчатый	17.49	14.70						
масса пассерованного лука		7.35						
фарш п/ф		49.00						
хлеб тостовый	8.28	8.28						
вода для замачивания хлеба	7.00	7.00						
масло растительное	5.00	5.00						
лук репчатый	47.60	40.00						8
лук пассированнный		20.00						
сухари панировочные	3.00	3.00						
соль йодированная	0.40	0.40						
картофель 01.09-31.10	14.70	11.05					1	
картофель 01.11-31.12	15.80							
картофель 01.01-29.02	17.02							
картофель 01.03	18.45							
					•		•	

							ľ	f
масса п/ф		91.73					:	
хлопья овсяные	10.00	10.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
яйцо для панировки	10.00	10.00						
масса п/ф с панировкой		116.73						
масло растительное для смазки листа	3.00	3.00						
Картофельное пюре			150	3.86	3.14	35.78	162.25	№ 520-2004
картофель 01.09-31.10	175.56							
картофель 01.11-31.12	188.76	122.00						
картофель 01.01-29.02	203.28	132.00						
картофель 01.03	220.44							
соль йодированая	0.50	0.50						
масло сливочное	4.50	4.50						
молоко питьевое	22.50	22.50						
Напиток "Витаминный" сухофрукты			200	0.18	0.00	9.01	30.68	
сухофрукты	20.00	20.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный			22	1.76	0.28	11.66	55.88	
Итого:			1327	45.93	47.03	190.96	1402.01	
			2 день					
					Химический со	став		
	T.							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			593	20.20	19.92	87.87	591.57	
Паста с курицей и сулугуни			200	15.61	14.18	48.88	375.63	ТТК
Паста:	P.			14.99	14.16	45.71	358.71	
филе куриное	38.50	35.00						
макароны	65.00	65.00						
морковь до 01.0125%	25.00	20.00						

c 01.01 - 33%	0.00							1.
лук репчатый	23.80	20.00			,			6
масло растительное	13.00	13.00						
или масло сливочное	13.00	13.00						
сыр сулугуни	15.15	15.00						
соус для пасты помадоро:			50	0.62	0.02	3.17	16.92	
томаты с/м	27.00	27.00						,
вода питьевая	23.50	23.50						
соль йодированная	1.00	1.00						
сахар-песок	0.50	0.50						2
орегано	0.20	0.20						
базилик сущеный	0.10	0.10						
чеснок	1.20	1.00						3
Гранола с манго		=	180	3.28	5.14	23.47	148.36	
абрикос с/м	24.00	20.00						
манго с/м	24.00	20.00						6
гранола :		20.00						2
хлопья овсяные	13.33	13.33						
сахарный сироп:		10.00						
сахар -песок	8.00	8.00						
вода питьевая	10.00	10.00						
печенье	15.00	15.00						
снежок	120.00	120.00						
Напиток клубничный			200	0.27	0.12	9.28	37.68	№ 631-2004
клубника с/м	30.00	30.00					-	
сахар песок	6.00	6.00						
вода питьевая	180.00	180.00						
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Обед	<u> </u>		738	27.33	26.50	123.03	833.71	
Закуска из свежих огурцов			60	0.59	0.07	5.19	15.17	
огурцы свежие грунтовые	63.00	60.00						
огурцы свежие парниковые								
чеснок	1.28	1.00						
соль йодированная	0.20	0.20						
сахар-песок	1.00	1.00						
зелень	2.50	2.00						

Суп картофельный с крупой			220	6.20	12.49	26.36	291.49	№204-2006
грудка куринная	16.20	12.00						
масса отварного мяса		10.00						
картофель - 01.0931.10 25%	66.50	50.00					1	-
01.1131.1230%	71.50	50.00						
01.01-29.02 - 35%	77.00	50.00						
01.03 40%	83.50	50.00						
морковь до 01.01 -20%	22.50	18.00						
морковь от 01.01-25%	23.94	18.00						
лук репчатый	16.66	14.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
вода	188.00	188.00					7	
крупа рисовая	5.00	5.00						
масло сливочное 72,5%	4.00	4.00						
или масло растительное	4.00	4.00						
соль йодированная	1.50	1.50						
сметана 15%	5.00	5.00						
Гречка по-купечески			200	15.60	12.10	55.53	354.01	
крупа гречневая	53.00	53.00						v
фарш домашний:		51.00						
говядина	18.70	17.00						
свинина	17.85	17.00					4	
филе бедра	18.70	17.00						
морковь до 01.0125%	25.00	20.00			,			
c 01.01 - 33%	26.60	20.00						
лук репчатый	23.60	20.00						
соль йодированная	0.20	0.20						
масло растительное	5.50	5.50						
или масло сливочное	5.00	5.00						
соус для пасты помадоро:			50					
		4						
томаты с/м	27.00	27.00						

соль йодированная	1.00	1.00						
caxap	0.50	0.50						
орегано	0.20	0.20						
базилик сущеный	0.10	0.10						
чеснок	1.20	1.00						
Чай витаминный с облепихой			200	0.30	0.48	6.51	31.96	
чай черный	1.00	1.00						
сахар-песок	8.00	8.00						
облепиха с/м	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00					A)	
Хлеб "Николаевский"	26.00	26.00	26	2.08	0.96	12.48	59.80	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32.00	32.00	32	2.56	0.40	16.96	81.28	
Итого:			1331	47.53	46.42	210.90	1425.28	
		,	3 день					
					Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			526	18.36	19.72	84.09	558.79	
Сырный крем-суп с гренками			250	12.04	12.17	25.17	343.34	
лук репчатый	17.85				- 3			
	17.05	15.00						
морковь до 01.0125%	37.50	30.00						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33%	-							
	37.50							
c 01.01 - 33%	37.50 39.90	30.00						
с 01.01 - 33% орегано сушеный	37.50 39.90 1.00	30.00						
с 01.01 - 33% орегано сушеный мука пшеничная	37.50 39.90 1.00 5.00	30.00 1.00 5.00						
с 01.01 - 33% орегано сушеный мука пшеничная молоко питьевое	37.50 39.90 1.00 5.00 55.00	30.00 1.00 5.00 55.00						
с 01.01 - 33% орегано сушеный мука пшеничная молоко питьевое соль йодированная	37.50 39.90 1.00 5.00 55.00 0.50	30.00 1.00 5.00 55.00 0.50						
с 01.01 - 33% орегано сушеный мука пшеничная молоко питьевое соль йодированная картофель 01.09-31.10	37.50 39.90 1.00 5.00 55.00 0.50 93.10	30.00 1.00 5.00 55.00 0.50						
с 01.01 - 33% орегано сушеный мука пшеничная молоко питьевое соль йодированная картофель 01.09-31.10 картофель 01.11-31.12	37.50 39.90 1.00 5.00 55.00 0.50 93.10 100.10	30.00 1.00 5.00 55.00 0.50						

150.00

30.60

вода питьевая сыр плавленый

150.00

30.00

чеснок	1.00	1.00						
масло растильное	10.00	10.00						
или масло сливочное	10.00	10.00						
Гренки:		10						
хлеб тостовый	16.00	10.00						
чесночное масло:		2						
масло растительное	2.00	2.00						
чеснок	0.60	0.50						6
Ситник с инжиром			50	4.08	6.51	37.94	118.47	
тесто слоеное	60.00	60.00	1		1		a.t	
инжир с/м	20.00	20.00						
сахар-песок	4.00	4.00						
мука пшеничная на подпыл	2.00	2.00						
масса п/ф		75.00						
сахарная пудра	3.00	3.00						
яйцо куриное	2.00	2.00					,	
масло растительное для смазки листа	2.00	2.00						
			или					
Ситник с инжиром			50	1.02	6.51	37.94	100.27	
Напиток "Смородина-яблоко"			200	0.16	0.08	8.50	37.18	№ 631-2004
смородина с/м	20.00	20.00						
яблоко с/м	10.00	10.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00			<i>j</i> 1		19	
Хлеб "Николаевский"	26.00	26.00	26	2.08	0.96	12.48	59.80	
Обед			766	27.58	28.12	111.58	782.01	
Салат с томатами и гренками			60	1.23	0.26	7.63	28.60	
томаты свежие грунтовые	47.25	45.00						
		?						
томаты свежие парниковые	45.90	10					k J	ic T
Гренки чесночные:								
хлеб тостовый	16.00	10.00						
масло чесночное:	3.00	3.00						2

масло растительное	2.70	2.70						
чеснок	0.50	0.39						
лук репчатый	11.90	10.00						
масло растительное	5.00	5.00						
Щи "Невские"			220	9.28	8.48	18.84	141.36	
говядина 1 категории	13.44	12.80						
масса отварного мяса		8.00						2
капуста квашенная	39.00	30.00						
картофель - 01.0931.10 25%	39.90	30.00						
01.1131.1230%	42.90	30.00						
01.01-29.02 - 35%	46.20	30.00						
01.03 40%	50.10	30.00						-
морковь до 01.0120%	18.75	15.00						
c 01.01 - 25%	19.95	15.00						n
томатная паста	10.00	10.00			7		ε	
мак	0.10	0.10					7	
лук репчатый	11.90	10.00						
масло сливочное 72,5%	5.00	5.00			7			
или масло растительное	5.00	5.00						7
вода питьевая	200.00	200.00						
Фрикассе из курицы			90	10.52	10.66	7.36	187.54	
филе куринное	55.0	50.00		8.56	6.82	2.45	122.47	8
или филе куриного бедра	55.0	50.00						
масло растительное	6.0	6.00						
лук репчатый	11.9	10.00						
морковь с/м	10.00	10.00						2
кабачок с/м	10.00	10.00					×	
лук зеленый	2.00	2.00					Si .	
Соус бешамель со :			50	2.0	3.8	4.9	65.1	
молоко питьевое	61.20	60.00						

масло сливочное	4.00	4.00						
мука пшеничная	4.25	4.25						
соль йдированная	0.30	0.30						
сахар -песок	0.25	0.25						-
брокколи с/м	2.20	2.00						
чеснок	0.33	0.25						
Кус-кус			150	2.60	4.46	40.58	212.36	
кус-кус	56.00	56.00						
вода питьевая	140.00	140.00						
масло сливочное	3.00	3.00						
соль йдированная	1.00	1.00					i.	
Напиток клубничный			200	0.27	0.12	9.28	37.68	№ 631-2004
клубника с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Итого:			1292	45.94	47.84	195.67	1340.80	
		4 дені	b					
					Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			578	19.17	19.01	83.52	605.46	
Салат "Коул-слоул"			70	0.99	6.84	4.68	85.58	
капуста белокачанная	37.50	20.00						
или капуста пекинская	40.50	30.00						
морковь до 01.0125%	28.75	22.00						
c 01.01 - 33%	30.59	23.00						
яблоки свежие	12.43	11.00						
мак		0.50						
	0.50	0.50						1
масло растительное		4.20						5

соль йодированная	0.20	0.20					4	
сахар-песок	0.50	0.50						
кунжутное масло	2.00	2.00						
Булгур отварной			150	6.04	4.47	31.52	201.66	
булгур	55.00	55.00						14.5
лук репчатый	28.32	24.00						
вода питьевая	165.00	165.00						
масло сливочное	5.00	5.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
Рыбный фишболл			90	9.75	4.33	20.22	173.23	
минтай с/м	102.00	60.00						
или филе минтая	96.00							
лук репчатый	29.75	25.00						
масса пассерованного лука		12.50						
хлеб пшеничный (тостовый)	15.00	15.00					2	
молоко питьевое	5.25	5.25						
соль йодированная	0.27	0.20						
рис круглозерый	6.50	6.50						
масса отварного риса		16.25						i.
одийк	8.00	8.00						
масса п/ф		109.00						
сухари панировочные	5.00	5.00						
масса п/ф в панировке		114.00						
масло растительное для смазки изделий	2.00	2.00			11		6	
Соус красный с овощами:			50	0.77	3.08	6.54	56.61	
лук репчатый	5.95	5.00	3					
морковь до 01.0125%	12.50	10.00						
c 01.01 - 33%	13.30	10.00						
масло растительное	3.25	3.25						
томатная паста	7.50	7.50						
мука пшеничная	3.50	3.50						
вода питьевая	50.00	50.00	`					
соль йодированная	0.10	0.10						

сахар-песок	1.25	1.25						50
Напиток виноградный			200	0.18	0.06	11.02	43.38	№ 631-2004
виноград с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00					_	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Обед			726	26.26	28.77	117.94	841.07	
Салат из капусты с томатом			60	0.81	7.07	3.90	82.32	
томаты свежие грунтовые	21.00	20.00						,
томатв свежие парниковые	20.40	20.00						
капуста белокачанная	37.50	30.00						\$1 \$-
или пекинская капуста	40.50	30.00						
соус медово-лимонный:		10						
масло растительное	7.00	7.00						
мед	1.60	1.60						
лимон	3.50	3.50						
соль йодированная	0.20	0.20						
100								
Суп -лапша с птицей			220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
Суп -лапша с птицей грудка куринная	16.20	12.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
	16.20	12.00 10.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная	16.20		220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса		10.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная <i>масса отварного мяса</i> макаронные изделия	10.00	10.00 10.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная <i>масса отварного мяса</i> макаронные изделия морковь до 01.0120%	10.00 12.50	10.00 10.00 10.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная <i>масса отварного мяса</i> макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25%	10.00 12.50 13.30 9.52	10.00 10.00 10.00 10.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная <i>масса отварного мяса</i> макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый	10.00 12.50 13.30 9.52	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная <i>масса отварного мяса</i> макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное картофель - 01.0931.10 25%	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00 70.49	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00 53.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230%	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00 70.49 75.79	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00 53.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35%	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00 70.49 75.79 77.00	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00 53.00 50.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% 01.03 - 40%	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00 70.49 75.79 77.00 83.50	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00 53.00 50.00 50.00	220	10.76	7.98	41.37	234.02	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% о1.03 - 40% соль йодированная	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00 70.49 75.79 77.00 83.50 1.50	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00 53.00 50.00 1.50	220	10.76	13.16	40.91	381.25	№692-2004
грудка куринная масса отварного мяса макаронные изделия морковь до 01.0120% с 01.01 - 25% лук репчатый масло растительное картофель - 01.0931.10 25% 01.1131.1230% 01.01-29.02 - 35% о1.03 - 40% соль йодированная вода	10.00 12.50 13.30 9.52 4.00 70.49 75.79 77.00 83.50 1.50	10.00 10.00 10.00 10.00 8.00 4.00 53.00 50.00 1.50						

			5 лень				5 пош									
Итого:			1304	45.43	47.78	201.46	1446.53									
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40									
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00									
вода питьевая	200.00	200.00						2								
сахар песок	7.00	7.00														
плоды шиповника	13.00	13.00														
Напиток "Витаминный" из шиповника			200	0.32	0.00	8.78	34.08	№388-2011								
масло растительное	5.00	5.00														
зира	0.50	0.50														
лук репчатый	53.55	45.00			6			ų o								
c 01.01 - 25%	26.60	20.00														
морковь до 01.0120%	25.00	20.00														
соль йодированная	1.86	1.86														
вода питьевая	150.00	150.00														
крупа рис пропаренный	58.00	58.00														
масса тушеного мяса		40.00														
или филе куриное	55.00	50.00														
или свинина	58.80	56.00						2								

5 день

	(_ _			Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			548	18.38	20.69	83.66	602.19	
Свежий салат из моркови и яблок			60	0.83	4.33	7.88	80.86	
капуста белокачанная	25.00	20.00						
или капуста пекинская	27.00	20.00						
морковь до 01.0125%	12.50	10.00						
c 01.01 - 33%	13.30	10.00						
кунжут	1.00	1.00						
яблоки свежие	22.60	20.00						
соус медово-лимонный:	ſ'	10						
масло растительное	7.00	7.00						
мед	1.60	1.60						

лимон	3.50	3.50						
соль йодированная	0.20	0.20						
Крылья куринные барбекю			90	13.21	10.80	22.54	247.73	
крылья куринные	137.50	125.00		12.65	8.74	11.76	209.74	
масло растительное	2.00	2.00						
чеснок	1.28	1.00						3
соевый соус с/n:		10.00						3
соевый соус концентрат	5.00	5.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
вода питьевая	5.00	5.00						
Соус барбекю:			30	0.56	2.06	10.78	37.99	
яблоко с/м	10.00	10.00						
вода питьевая	6.00	6.00						
томатная паста	3.00	3.00						
паприка	0.30	0.30					,	
паприка копченая	0.30	0.30						
лук репчатый	3.00	3.00						
чеснок	0.77	0.60						
масло растительное	2.00	2.00						
масло сливочное	1.00	1.00						~
лимон	3.42	3.00						
соевый соус с/n:		6.00						
соевый соус концентрат	3.00	3.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
вода питьевая	3.00	3.00						
Картофель по -деревенски			150	2.64	5.26	37.54	202.19	
картофель 01.09-31.10	299.25							
картофель 01.11-31.12	321.75	225.00						0
картофель 01.01-29.02	346.50	223.00					k	e
картофель 01.03	375.75	1						0
соль йодированая	0.50	0.50						
нкамит	0.50	0.50						
розмарин	0.50	0.50						
масло чесночное:		10						
чеснок	1.66	1.30						
масло растительное	4.00	4.00						

Чай с чебрецом			200	0.26	0.07	6.16	26.41	
чай черный	1.00	1.00						
сахар-песок	6.00	6.00					0	
чебрец	0.50	0.50					7	
вода питьевая	200.00	200.00	10		0.44	0.74	4= 00	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Обед			766	27.79	27.26	122.33	833.19	
Салат из стручковой фасоли			60	1.69	2.60	4.98	44.57	
фасоль стручковая	42	40.00						
морковь до 01.0125%	20.00	16.00						
c 01.01 - 33%	21.28	10.00						
лук зеленый	2.00	2.00						
масло растительное	2.00	2.00						
соевый соус	1.00	1.00						
кунжут	1.00	1.00						
вода питьевая	2.00	2.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
Рассольник Ленинградский со сметаной			220	7.2	10.52	41.14	289.37	№195-2006
грудка куринная	16.20	12.00						
масса отварного мяса		10.00						
картофель - 01.0931.10 25%	59.85	45.00						
01.1131.1230%	64.35	45.00						
01.01-29.02 - 35%	69.30	45.00					2	
01.03 - 40%	75.15	45.00						
крупа перловая	8.00	8.00						
морковь до 01.0120%	12.50	10.00						
c 01.01 - 25%	13.30	10.00						
лук репчатый	9.52	8.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
огурцы соленые	19.00	10.00						
масло сливочное 72,5%	5.00	5.00						
или масло растительное	5.00	5.00						
		•						

соль йодированная	0.50	0.50						
вода	188.00	188.00						
сметана 15%	5.00	5.00						
зелень свежая	1.35	1.00					-	
Картофельное пюре			150	3.86	3.14	35.99	165.25	№ 520-2004
картофель 01.09-31.10	175.56							
картофель 01.11-31.12	188.76	122.00						
картофель 01.01-29.02	203.28	132.00						
картофель 01.03	220.44	,						
соль йодированая	0.50	0.50						
масло сливочное	4.56	4.56						
молоко питьевое	22.50	22.50						
Венгерский гуляш			90	11.20	10.36	8.74	187.42	
свинина	61.60	56.00						
или говядина	67.20	64.00						
масса тушеного мяса		40.00						
масло растительное	6.00	6.00						
лук репчатый	23.80	20.00						
морковь до 01.0125%	37.50	30.00						
c 01.01 - 33%	39.90	,						
перец с/м	15.00	15.00						
кабачок с/м	20.00	20.00						
чеснок	1.28	1.00						
мука пшеничная	5.36	5.36						
томатная паста	10.00	10.00						
вода питьевая	350.00	350.00						
паприка сушеная	1.00	1.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
лук зеленый	3.00	3.00						
Напиток из смородины			200	0.16	0.08	8.50	37.18	№ 631-2004
смородина с/м	25.00	25.00						
			•					

сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Итого:			1314	46.17	47.95	205.99	1435.38	
Итого за 5 дней			6568.00	231.00	237.02	1004.98	7050.00	
Средняя за 1 день			1313.6	46.20	47.40	201.00	1410.00	

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			563	20.16	20.67	82.77	613.23	
Овсяная каша с манго			200	1.94	6.68	36.84	233.16	ТТК 1
хлопья овясяные	35.00	35.00						
масло сливочное	2.00	2.00						
манго с/м	8.00	8.00						
сахар-песок	3.00	3.00						
мед	5.00	5.00						
молоко питьевое	126.00	120.00						
вода питьвая	120.00	120.00						
соль йодированная	2.00	2.00					¥3.	
Сырники творожные со соусом ягодным			150	16.98	13.45	31.40	316.09	ТТК 2
творог	80.85	77.00	100	16.64	13.34	26.74	297.03	
сахар	2.00	2.00						
соль йодированная	0.33	0.33						
мука пшеничная	8.00	8.00			^			
яйцо куриное	11.00	11.00					3	
крупа манная	16.00	16.00						
масса п/ф		114.33						
мука пшеничная на подпыл	4.00	4.00						
масло растительное	5.00	5.00						
Соус "Ягодный"			50	0.34	0.11	4.66	19.06	
					<u> </u>			

клубника с/м	18.00	18.00						
вода питьевая	9.00	9.00						
сахар песок	1.50	1.50						5.0
крахмал кукурузный	0.75	0.75						-
			или				·	
Сырники творожные промышленного производств	а с ягодным соу	<mark>/сом</mark>	150	16.98	13.45	31.40	316.09	
Напиток сливовый			200	0.20	0.06	8.29	34.08	№ 631-2004
слива с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00					Na.	4
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Обед			766	25.97	27.49	116.23	860.70	
Салат "Витаминка"			60	0.84	7.02	4.32	84.48	
огурцы свежие грунтовые	21.00	20.00			1			
огурцы свежие парниковые	20.40	20.00						
морковь до 01.0125%	25.00	20.00						
c 01.01 - 33%	26.60							
яблоки свежие	22.60	20.00						
лук зеленый	2.00	2.00						
соус медово-лимонный:		5						
масло растительное	5.00	5.00						
мед	1.60	1.60						
лимон	3.50	3.50						
соль йодированная	0.20	0.20						
Уха рыбацкая			220	4.08	8.02	16.85	167.32	№113-2006
горбуша с/м с/г(филе без кожи и костей)	51.12	36.00						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	48.60	36.00						
масса готовой рыбы		30.00						
картофель - 01.09-31.10 - 25%	66.50	50.00						
01.11-31.12 - 30%	71.50	50.00						
01.01-29.02 - 35%	77.00	50.00						
01.03 - 40%	83.50	50.00						
	03.30	1 50.00			1	l	I.	

лук репчатый	14.28	12.00						
морковь до 01.01	18.75	15.00						
морковь с 01.01	19.95	15.00						
лавровый лист	0.01	0.01					1	
соль йодированная	0.30	0.30						
масло сливочное 72,5%	7.00	7.00						
или масло растительное	7.00	7.00		,			1	
Крылья куринные барбекю			90	13.31	7.08	22.56	287.73	
крылья куринные	137.50	125.00		12.75	5.02	8.02	229.74	
масло растительное	5.00	5.00						
чеснок	1.28	1.00						
соевый соус с/n:		10.00						
соевый соус концентрат	5.00	5.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
вода питьевая	5.00	5.00						
Соус барбекю:			30	0.56	2.06	10.78	57.99	
яблоко с/м	10.00	10.00						
вода питьевая	6.00	6.00						
томатная паста	3.00	3.00						
паприка	0.30	0.30						
паприка копченая	0.30	0.30						
лук репчатый	3.00	3.00						
чеснок	0.77	0.60						
масло растительное	1.20	1.20						
масло сливочное	1.00	1.00						ž
лимон	3.42	3.00						0 0
соевый соус с/n:		6.00						
соевый соус концентрат	3.00	3.00						
сахар-песок	1.00	1.00					1	
вода питьевая	3.00	3.00						
Картофель по -деревенски			150	3.80	4.74	43.36	185.36	
картофель 01.09-31.10	299.25							
картофель 01.11-31.12	321.75							
		•					-	

картофель 01.01-29.02	346.50							
картофель 01.03	375.75							
соль йодированая	0.50	0.50						
нкамит	0.50	0.50						
розмарин	0.50	0.50						
масло чесночное:		10						
чеснок	1.66	1.30						
масло растительное	5.00	5.00					3	
Чай с чебрецом			200	0.26	0.07	6.16	26.41	
чай черный	1.00	1.00			1		4.5	
сахар-песок	8.00	8.00						
чебрец	0.50	0.50						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Хлеб "Николаевский"		28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Алсо пиколасьский	28.00	28.00						
Итого:	28.00	28.00	1329	46.13	48.16	199.00	1473.93	
	28.00		1329 7 день	46.13	48.16	199.00	1473.93	
	28.00		1				1473.93	
	28.00 Брутго, г		7 день		Химический со	став		
Итого:			1				1473.93 ЭЦ, ккал	
Итого:			7 день		Химический со	став		
Итого: Наименование блюда			7 день Выход, г	Белки, г	Химический со Жиры, г	став Угл. г	ЭЦ, ккал	
Итого: Наименование блюда Завтрак	Брутго, г		7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Итого: Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом	Брутто, г 24.00	Нетто, г	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Итого: Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м	Брутто, г 24.00	Нетто, г 20.00	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Итого: Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м клубника с/м	Брутто, г 24.00 12.00	Нетто, г 20.00 10.00	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м клубника с/м слива с/м	Брутто, г 24.00 12.00	20.00 10.00 10.00	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м клубника с/м слива с/м гранола:	24.00 12.00 12.00	20.00 10.00 10.00 20.00	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м клубника с/м слива с/м гранола: хлопья овсяные	24.00 12.00 12.00	20.00 10.00 10.00 20.00 13.33	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м клубника с/м слива с/м гранола: хлопья овсяные сахарный сироп:	24.00 12.00 12.00	20.00 10.00 10.00 20.00 13.33 10.00	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	
Наименование блюда Завтрак Гранола с ягодным соусом виноград с/м клубника с/м слива с/м гранола : хлопья овсяные сахарный сироп: сахар -песок	24.00 12.00 12.00 13.33	20.00 10.00 10.00 20.00 13.33 10.00 8.00	7 день Выход, г 638	Белки, г 18.29	Химический со Жиры, г 19.43	став Угл. г 86.57	ЭЦ, ккал 605.12	

90

10.52

10.66

7.36

187.54

Фрикассе из курицы

филе куринное	55.0	50.00		8.56	6.82	2.45	122.47	
---------------	------	-------	--	------	------	------	--------	--

6.0	6.00						
111	1	L					
11.9	10.00						
10.00	10.00						
10.00	10.00						
2.00	2.00						
		50	2.0	3.8	4.9	65.1	
61.20	60.00			2 3			
4.00	4.00						
4.25	4.25						
0.30	0.30						
0.25	0.25						
	2.00						
0.33	0.25		_				
		150	2.60	4.46	40.58	212.36	
56.00	56.00						
140.00	140.00						
3.00	3.00						
0.50	0.50						·
	или	25					
		150	2.63	4.87	41.27	214.97	№ 511-2004
55.00	55.00						
137.50	137.50						
5.00	5.00						
1.00	0.50			11			
		200	0.32	0.00	8.78	34.08	ТТК
13.00	13.00						
8.00	8.00						
200.00	200.00						
18.00	18.00	18.00	1.44	0.23	9.54	45.00	
		755	26.51	27.47	111.42	842.96	
	Total Control	70	0.99	6.84	4.68	85.58	
	10.00 10	1 10.00 10.00 2.00 2.00 2.00 2.00 2.00 2	1 10.00 10.00 2.00 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 5	10.00	10.00	10.00	10.00

капуста белокачанная	37.50	20.00						
или капуста пекинская	40.50	30.00						
морковь до 01.0125%	28.75	22.00						
c 01.01 - 33%	30.59	23.00						
яблоки свежие	12.43	11.00						
мак	0.50	0.50			· ·		,	
масло растительное	4.20	4.20						
лимон	9.00	9.00					~	
соль йодированная	0.20	0.20						
сахар-песок	0.50	0.50						
кунжутное масло	2.00	2.00			1			
Сырный суп на курином бульоне с гренками			250	14.04	12.17	26.17	343.34	
лук репчатый	17.85	15.00			1			
морковь до 01.0125%	37.50	30.00						
c 01.01 - 33%	39.90	30.00						
орегано сушеный	1.00	1.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						0
молоко питьевое	55.00	55.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
картофель 01.09-31.10	79.80							
картофель 01.11-31.12	85.80	60.00						
картофель 01.01-29.02	92.40	60.00						
картофель 01.03	100.20							
бульон куриный	150.00	150.00						·
сыр плавленый	30.60	30.00						
чеснок	1.00	1.00						
масло растильное	10.00	10.00					5	Ÿ
или масло сливочное	10.00	10.00						
Гренки:		10						
хлеб тостовый	16.00	10.00						
чесночное масло:		2						

масло растительное	2.00	2.00						
чеснок	0.60	0.50						A
Жаркое по-домашнему		-	200	8.50	7.70	53.66	297.58	№590-2004
грудка куриная (филе без кожи и костей)	67.50	50.00					V. E.	÷
масса тушеного мяса		40.00						,
картофель - 01.0931.10 25%	186.20	140.00			*)·
01.1131.1230%	200.20	140.00						
01.01-29.02 - 35%	215.32	140.00						
01.03 - 40%	233.80	140.00						
лук репчатый	11.90	10.00						
морковь до 01.0120%	30.00	24.00						,
морковь с 01.0125%	31.92	24.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
томатная паста	10.00	10.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
масло растительное	5.00	5.00						
вода	70.00	70.00						
Чай"Витаминнизированный"			200	0.18	0.00	9.01	30.68	
чай черный	1.00	1.00						
смородина с/м	6.00	6.00						8
сахар песок	8.00	8.00						9
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный			22	1.76	0.28	11.66	55.88	
Итого:			1393	44.80	46.90	197.99	1448.08	
8 день								
					Химический со	став		er Fr
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	2
Завтрак	Завтрак			18.58	19.36	84.01	569.36	
Ситник с инжиром			50	4.08	6.51	37.94	118.47	

тесто слоеное	60.00	60.00								
инжир с/м		20.00								
сахар-песок	4.00	4.00								
мука пшеничная на подпыл	2.00	2.00								
масса п/ф		75.00								
сахарная пудра	3.00	3.00								
яйцо куриное	2.00	2.00								
масло растительное для смазки листа	2.00	2.00								
или										
Ситник с инжиром			50	1.02	6.51	37.94	100.27			
Скрембл с курицей			150	11.27	7.58	21.14	297.53			
яйцо куриное	90.00	90.00								
филе куриное	27.50	25.00								
кабачок с/м	20.00	20.00		П						
фасоль стучковая	25.00	25.00								
хлеб тостовый	31.50	30.00								
лук зеленый	3.57	3.00						*		
кунжут белый	0.50	0.50								
кунжут черный	0.50	0.50								
масло растительное	10.00	10.00								
или масло сливочное	10.00	10.00						À		
соевый соус с/n:		5.00								
соевый соус концентрат	2.50	2.50								
сахар-песок	0.70	0.70								
вода питьевая	2.75	2.75								
сахарный сироп:		10.00								
сахар -песок	8.00	8.00								
вода питьевая	10.00	10.00								
Салат из капусты со свеклой			100	1.61	5.04	6.38	77.68			
капуста белокачанная	81.25	65.00								
или пекинская капуста	87.75	65.00								
<u> </u>										

13.50 15.00 15.	свекла	12.50	10.00					1	
Морков до 0.10.1-25% 18.75 15.00 15.0	свекла	13.50	10.00						
15.00 15.	морковь до 01.0125%		15.00						
1.00 1.00 1.00 1.00 1.00 1.1.1-3.1.2-3.95 1.0.1.3-3.95 1.0.1.3-3.95 1.0.3.3-3.3-3.3-3.3-3.3-3.3-3.3-3.3-3.3-3	c 01.01 - 33%		15.00						
Масло растительное 5,00 5,00	пук пепчатый		5.00						
Color Водированная 0.30								<u> </u>	
Caxap-песок Co.20	соль йолипованная								
Напиток "Витаминный" сухофрукты 20.00 2	7								
Напиток "Витаминный" сухофрукты 20.00 20.									
Сухофрукты 20.00		1.55	1.00		1				
сахар песок 8.00 8.00 8.00 1.44 9.23 9.54 45.00 45.00 1.44 9.23 9.54 45.00 45.00 1.44 9.23 9.54 45.00 45.00 1.60 1.80 1.80 1.80 1.80 1.83 5.05 6.49 72.29 1.83 5.05 6.49 72.29 1.83 7.05 6.49 72.29 1.83 5.05 6.49 72.29 1.83 70.00 1.83 5.05 6.49 72.29 1.83 70.00 1.84 70.29 1.83 70.00 1.84 72.29 1.83 70.00 1.84 72.29 1.83 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1.84 70.00 1	Напиток "Витаминный" сухофрукты			200	0.18	0.00	9.01	30.68	
Вода питьевая 200.00 200.00 18.00 1.44 0.23 9.54 45.00 18.00 18.00 18.00 1.44 0.23 9.54 45.00 18.00 18.00 18.00 1.44 0.23 9.54 45.00 18.00 18.00 18.00 18.00 1.44 0.23 9.54 45.00 18.00 1	сухофрукты	20.00	20.00						
Хлеб "Пиеничный" витаминизированный 18.00 18.00 1.44 0.23 9.54 45.00 Обед 784 26.46 27.97 122.11 805.28 Закуска из квашенной капусты 80 1.83 5.05 6.49 72.29 капуста квашенная нашенная нашенная нашенная на сахар-песок сахар-песок пуж зеленый на сахар-песок пуж зеленый на сахар-песок на сахар-пес	сахар песок	8.00	8.00					2	8
784 26.46 27.97 122.11 805.28 Закуска из квашенной капусты 80 1.83 5.05 6.49 72.29 капуста квашенная 104.00 80.00 масло растительное 5.00 5.00 сахар-песок 1.00 1.00 .	вода питьевая	200.00	200.00						
Закуска из квашенной капусты 80 1.83 5.05 6.49 72.29 капуста квашенная 104.00 80.00	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18.00	1.44	0.23	9.54	45.00	
Капуста квашенная 104.00 80.00	Обед			784	26.46	27.97	122.11	805.28	
масло растительное 5.00 5.00 1.00 1.00 1.00 1.00 1.00 1.00	Закуска из квашенной капусты			80	1.83	5.05	6.49	72.29	
сахар-песок 1.00 1.00 1.00 лук зеленый 2.00 2.00 Суп овощной картофель - 01.0931.10 25% 93.10 70.00 01.1131.12 30% 100.10 70.00 01.01-29.02 - 35% 107.80 70.00 морковь до 01.0120% 22.50 18.00 с 01.01 - 25% 13.30 18.00 лук репчатый 13.09 11.00 молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	капуста квашенная	104.00	80.00						
Суп овощной 2.00 2.00 Суп овощной 220 6.01 8.45 45.69 250.25 картофель - 01.09,-31.10,- 25% 93.10 70.00	масло растительное	5.00	5.00						
Суп овощной 220 6.01 8.45 45.69 250.25 картофель - 01.0931.10 25% 93.10 70.00 01.1131.12 30% 100.10 70.00 01.01-29.02 - 35% 107.80 70.00 морковь до 01.0120% 22.50 18.00 морковь до 01.01 - 25% 13.30 18.00 лук репчатый 13.09 11.00 молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	сахар-песок	1.00	1.00						
Картофель - 01.0931.10 25% 93.10 70.00	лук зеленый	2.00	2.00						
01.1131.1230% 100.10 70.00 01.01-29.02 - 35% 107.80 70.00 01.03 40% 116.90 70.00 морковь до 01.0120% 22.50 18.00 с 01.01 - 25% 13.30 18.00 лук репчатый 13.09 11.00 молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	Суп овощной			220	6.01	8.45	45.69	250.25	
01.01-29.02 - 35% 107.80 70.00 01.03 40% 116.90 70.00 морковь до 01.0120% 22.50 18.00 с 01.01 - 25% 13.30 18.00 лук репчатый 13.09 11.00 молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	картофель - 01.0931.10 25%	93.10	70.00						100
01.03 40% 116.90 70.00 морковь до 01.0120% 22.50 18.00 с 01.01 - 25% 13.30 18.00 лук репчатый 13.09 11.00 молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	01.1131.1230%	100.10	70.00						
Морковь до 01.0120% 22.50 18.00	01.01-29.02 - 35%	107.80	70.00						
с 01.01 - 25% 13.30 18.00 лук репчатый 13.09 11.00 молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	01.03 40%	116.90	70.00						
лук репчатый 13.09 11.00	морковь до 01.0120%	22.50	18.00						
молоко питьевое 2,5% жирности 30.00 30.00 бульон от картофеля 100.00 100.00	c 01.01 - 25%	13.30	18.00						
бульон от картофеля 100.00 100.00	лук репчатый	13.09	11.00						
	молоко питьевое 2,5% жирности	30.00	30.00						
масло сливочное 72,5% 7.00 7.00	бульон от картофеля	100.00	100.00						
	масло сливочное 72,5%	7.00	7.00						
или масло раститльное 5.00 5.00	или масло раститльное	5.00	5.00						

соль йодированное	0.50	0.50						() ()	
Курица в азиатском стиле			90	9.69	10.79	10.91	143.33		
филе куринное	55.0	50.00		9.15	10.05	1.49	122.19		
или филе куриного бедра	55.0	50.00							
масло растительное	6.0	6.00							
лук репчатый	11.9	10.00							
морковь с/м	10.00	10.00							
кабачок с/м	10.00	10.00			,		t .		
лук зеленый	1.00	1.00						fo.	
Соус терияки:	2100	50.00		0.54	0.74	9.42	21.14		
вода питьевая	38.00	38.00					-		
соевый соус	13.00	13.00							
сахар -песок	6.00	6.00					1		
крахмал кукурузный	2.00	2.00							
чеснок	1.00	1.00			,				
масло кунжутное	0.50	0.50					3		
кунжут белый	1.00	1.00					*		
кунжут черный	1.00	1.00							
Булгур отварной			150	5.14	2.47	27.52	195.25		
булгур	55.00	55.00							
лук репчатый	28.32	24.00							
вода питьевая	165.00	165.00			-		0		
масло сливочное	3.00	3.00							
соль йодированная	0.50	0.50							
Напиток клубничный			200	0.27	0.12	9.28	37.68	№ 631-2004	
клубника с/м	30.00	30.00			-			/	
сахар песок	8.00	8.00							
вода питьевая	200.00	200.00							
Хлеб "Николаевский"	22.00	22.00	22	1.76	0.81	10.56	50.60		
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22.00	22.00	22	1.76	0.28	11.66	55.88		
Итого:			1302	45.04	47.33	206.12	1374.64		
		() день						
			ДСПВ		Vuvuuoovavä	OTAR			
Химический состав									

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			532	19.04	18.78	82.88	568.62	
Закуска из свежих огурцов			60	0.59	0.07	5.19	15.17	
огурцы свежие грунтовые	63.00	60.00						
огурцы свежие парниковые	61.20							
чеснок	1.28	1.00						·
соль йодированная	0.20	0.20						is a second
сахар-песок	1.00	1.00						
зелень	2.50	2.00						
Болоньезе			90	9.36	15.41	11.57	230.86	
фарш говяжий	57.75	55.00					4	
лук репчатый	17.85	15.00						
морковь до 01.0125%	18.75	15.00						
c 01.01 - 33%	19.95	15.00						
кабачок с/м	20.00	20.00						
масло растительное	10.00	10.00						
или масло сливочное	10.00	10.00						
томаты с/м	25.00	25.00						
вода питьевая	30.00	30.00						0
соль йодированная	0.30	0.30						
сахар-песок	1.00	1.00						
огегано сушеный	0.50	0.50						
бызелик сушеный	0.50	0.50						
чеснок	2.56	2.00						
Макароны отварные			150	6.27	2.83	45.17	222.06	№ 516-2004
макаронные изделия	60.00	60.00						
соль йодированная	0.30	0.30						
вода питьевая	180.00	180.00						
масло сливочное	3.00	3.00						
Компот из смородины			200	0.26	0.07	3.99	19.25	№ 631-2004
смородина с/м	20.00	20.00						
сахар песок	8.00	8.00						

вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32.00	32.00	32	2.56	0.40	16.96	81.28	
Обед			778	27.88	26.75	115.00	781.60	
Карпачо из овощей			60	0.60	0.08	2.16	11.45	
огурцы свежие грунтовые	26.25	25.00					9	
огурцы свежие парниковые	25.50	25.00						
перец болгарский	13.30	10.00						
томаты свежие грунтовые	26.25	25.00						
томаты свежие парниковые	25.50	25.00						
Суп гороховый с гренками и мясом			230	9.04	6.48	42.21	211.36	
говядина 1 категории	13.44	12.80						
масса отварного мяса		8.00					0	
картофель - 01.0931.10 25%	66.50	50.00						
01.1131.1230%	71.50	50.00						
01.01-29.02 - 35%	77.00	50.00			8 9			
01.03 40%	83.50	50.00			\$		8	
горох лущёный	20.00	20.00						
масло сливочное 72,5%	5.00	5.00						
или масло растительное	5.00	5.00						
лук репчатый	9.52	8.00						
морковь до 01.0120%	16.25	13.00						
c 01.01 - 25%	17.29	13.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
вода	175.00	175.00						
хлеб тостовый	16.00	10.00						
Азу			90	9.12	9.98	19.36	198.76	
филе куриное	55.00	50.00						
масса тушеного мяса		40.00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	5.00	5.00					1	
лук репчатый	7.14	6.00						
огурцы соленые	15.20	8.00						
мука пшеничная в/с	2.50	2.50						
масло растительное	2.00	2.00						
		I.c.						I.

или масло сливочное	5.00	5.00					i.	0
вода питьевая	40.00	40.00						
Гречка рассыпчатая			150	5.02	8.90	23.14	225.10	№67-2011
крупа гречневая	52.00	52.00					1	
вода питьевая	102.50	102.50						
масло сливочное 72.5 %	4.00	4.00						
соль йодированная	0.50	0.50					fi .	
Напиток "Манго-абрикос"			200	0.26	0.07	3.99	19.25	(c)
абрикос с/м	20.00	20.00						
сахар песок	5.00	5.00						
манго с/м	10.00	10.00						
вода питьевая	180.00	180.00						
Хлеб "Николаевский"	26.00	26.00	26	2.08	0.96	12.48	59.80	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22.00	22.00	22	1.76	0.28	11.66	55.88	
Итого:			1310	46.92	45.53	197.88	1350.22	
		1	0 день			A	All	
Химический состав								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	_					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			546	20.20	20.50	82.53	581.16	
Закуска из квашенной капусты			80	1.83	5.05	6.49	72.29	
капуста квашенная	104.00	80.00	-					
масло растительное	5.00	5.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
лук зеленый	2.00	2.00						
Мясо по-Сибирски			90	13.13	10.87	23.84	257.59	
свинина	58.80	56.00						
масса готового мяса:	2	40						
лук репчатый	35.70	30.00						
масло растительное	5.00	5.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар-песок	1.00	1.00						

сухари панировочные	15.00	15.00						
сметана	40.00	40.00						
вода питьевая	250.00	250						
Картофельное пюре			150	3.86	3.14	33.21	159.52	№ 520-2004
картофель 01.09-31.10	175.56						5	
картофель 01.11-31.12	188.76	132.00						
картофель 01.01-29.02	203.28	132.00						
картофель 01.03	220.44							
соль йодированая	0.50	0.50						
масло сливочное	4.00	4.00						
молоко питьевое	22.50	22.50	,					
Чай витаминный с облепихой			200	0.30	0.48	6.51	31.96	
чай черный	1.50	1.50						
сахар-песок	8.00	8.00						
облепиха с/м	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Николаевский"	26.00	26.00	26	1.08	0.96	12.48	59.80	
Обед			730	27.92	28.59	121.49	821.96	
Овощной салат с кус-кусом			60	1.00	4.72	8.20	82.71	
томаты свежие грунтовые	21.00	20.00						
томаты свежие парниковые	20.40] [
капуста белокачанная	25.00	20.00						
или пекинская капуста	27.00	20.00						
крупа кус-кус	3.33	3.33						
масса отварного кус-кус		10					ž.	
соус медово-лимонный:		10						
масло растительное	7.00	7.00						
мед	1.60	1.60						
лимон	3.50	3.50						
соль йодированная	0.20	0.20						
Куриный суп с гречкой	5.20		220	7.07	8.48	19.76	187.05	
грудка куриная (филе без кожи и костей)	16.88	12.50						
масса отварной птицы		10.00						
1,							1	1

крупа гречневая	10.00	10.00						5.
капуста белокочанная свежая	18.75	15.00						
картофель - 01.0931.10 25%	39.90	30.00						
01.1131.1230%	42.90	30.00						
01.01-29.02 - 35%	46.20	30.00						
01.03 40%	50.10	30.00						
морковь до 01.0120%	18.75	15.00						
c 01.01 - 25%	19.95	15.00						
соль йодированная	0.20	0.20	_					
лук репчатый	11.90	10.00						
масло сливочное 72,5%	5.00	5.00						
или масло растительное	5.00	5.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
сметана	5.00	5.00						
Паста с курицей и сулугуни			200	15.75	14.00	54.49	374.52	
Паста:				15.13	13.98	51.32	357.60	
филе куриное	38.50	35.00						
макароны	65.00	65.00						
морковь до 01.0125%	25.00	20.00						
c 01.01 - 33%	0.00							
лук репчатый	23.80	20.00						
масло растительное	13.00	13.00					·) — <u> </u>
или масло сливочное	13.00	13.00						
сыр сулугуни	20.20	20.00						
соус для пасты помадоро:			50	0.62	0.02	3.17	16.92	
томаты с/м	27.00	27.00						
вода питьевая	23.50	23.50						
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар-песок	0.50	0.50						
орегано	0.20	0.20						
базилик сущеный	0.10	0.10						
чеснок	1.20	1.00					1	
Напиток виноградный			200	0.18	0.06	11.02	43.38	
				•				

виноград с/м	30.00	30.00								
сахар песок	8.00	8.00								
вода питьевая	180.00	180.00								
вода питьевая	200.00	200.00								
Хлеб "Николаевский"	26.00	26.00	26	2.08	0.96	12.48	59.80			
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	24.00	24.00	24	1.84	0.37	15.54	74.50			
Итого:			1276	48.12	49.09	204.02	1403.12			
Итого за 5 дней			6610	231.01	237.01	1005.01	7049.99			
Средняя за 1 день			1322	46.20	47.40	201.00	1410.00			
	11 день									
	9				Химический со	став				
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			
Завтрак			588	20.10	19.99	82.85	600.69			
Фрукт в ассортименте	100	100	100	1.14	0.45	11.80	102.00			
Гречка по-купечески			200	15.60	12.10	44.42	313.70			
крупа гречневая	50.00	50.00		14.98	12.08	41.25	296.78			
фарш домашний:		54.00								
говядина	19.80	18.00								
свинина	18.90	18.00								
филе бедра	19.80	18.00								
морковь до 01.0125%	25.00	20.00								
c 01.01 - 33%	26.60	20.00								
лук репчатый	23.60	20.00								
соль йодированная	0.20	0.20								
масло растительное		5.00								
или масло сливочное	5.00	5.00								
соус для пасты помадоро:			50	0.62	0.02	3.17	16.92	_		
томаты с/м	27.00	27.00								
вода питьевая	23.50	23.50								
соль йодированная	1.00	1.00								
caxap	0.50	0.50								

орегано	0.20	0.20						
базилик сущеный	0.10	0.10						
чеснок	1.20	1.00						
Салат овощной с зеленым горошком		=	60	0.85	6.99	3.91	82.91	
горошек зеленый замороженный	10.00	10.00		0.81	0.06	2.19	12.90	
или горошек консервированный	15.40	10.00						
капуста белокачанная	25.00	20.00						
или пекинская капуста	27.00	20.00					ÿ	6
перец болгарский	13.30	10.00						
огурцы свежие грунтовые	10.50	10.00						
огурцы свежие парниковые	10.20	10.00						
coyc:		10		0.04	6.93	1.72	70.01	
масло растительное	7.00	7.00						
соевый соус п/ф	3.00	3.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
вода питьевая	3.00	3.00						
Напиток клубничный			200	0.27	0.12	9.28	37.68	№ 631-2004
клубника с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Обед			742	27.63	29.03	118.98	843.86	-
Свежий салат из моркови и яблок			60	0.83	4.33	7.88	80.86	
капуста белокачанная	25.00	20.00						
или капуста пекинская	27.00	20.00						
морковь до 01.0125%	12.50	10.00						
c 01.01 - 33%	13.30	10.00						
кунжут	1.00	1.00						1
яблоки свежие	22.60	20.00						
соус медово-лимонный:		10						
масло растительное	7.00	7.00						
мед	1.60	1.60						

лимон	3.50	3.50						,
соль йодированная	0.20	0.20						
Суп -лапша с птицей		220	9.14	7.12	38.53	216.83	№692-2004	
грудка куринная	12.96	9.60						
масса отварного мяса		8.00						
макаронные изделия	10.00	10.00						
морковь до 01.0120%	12.50	10.00						
c 01.01 - 25%	13.30	10.00						
лук репчатый	9.52	8.00						
масло растительное	3.00	3.00						
картофель - 01.0931.10 25%	66.50	50.00						
01.1131.1230%	71.50	50.00						
01.01-29.02 - 35%	77.00	50.00						
01.03 - 40%	83.50	50.00						
соль йодированная	0.50	0.50			4		2	
вода	180.00	180.00						
Митболл в овсяной панировке			90	11.78	14.21	21.14	308.79	
Фарш домашний:								
филе бедра	13.48	12.25						9
говядина	13.48	12.25						
свинина	15.44	14.70						
яйцо куриное	2.45	2.45						
лук репчатый	17.49	14.70						
масса пассерованного лука		7.35						
фарш п/ф		49.00						
хлеб тостовый	8.28	8.28						
вода для замачивания хлеба	7.00	7.00						
масло растительное	3.00	3.00						
лук репчатый	47.60	40.00						
лук пассированнный		20.00						
сухари панировочные	3.00	3.00						
соль йодированная	0.40	0.40						
картофель 01.09-31.10	14.70	11.05						
		. '			-		-	

картофель 01.11-31.12	15.80							0
картофель 01.01-29.02	17.02							
картофель 01.03	18.45							
масса п/ф		91.73					1	
хлопья овсяные	10.00	10.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
яйцо для панировки	10.00	10.00						
масса п/ф с панировкой		116.73						6
масло растительное для смазки листа	3.00	3.00						
Картофельное пюре			150	3.86	3.02	35.78	162.25	№ 631-2004
картофель 01.09-31.10	175.56							
картофель 01.11-31.12	188.76	132.00						8
картофель 01.01-29.02	203.28	132.00						
картофель 01.03	220.44	,						
соль йодированая	0.50	0.50			8 9			8
масло сливочное	4.10	4.10						
молоко питьевое	22.50	22.50						
Компот из смородины			200	0.26	0.07	3.99	19.25	
смородина с/м	20.00	20.00						·
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22.00	22.00	22	1.76	0.28	11.66	55.88	
Итого:			1330	47.73	49.02	201.83	1444.55	
		12 дені	Ь					
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			638	19.69	19.56	80.89	559.42	
Карпачо из овощей			60	0.60	0.08	2.16	11.45	
огурцы свежие грунтовые	26.25							
огурцы свежие парниковые	25.50	25.00)			
от драм свежне наринковые	25.50	I	ı				l	

ТОМАТИ СВЕЖИЕ ПРУПТОВИЕ 25.50 ТОМАТИ СВЕЖИЕ ПАРВИЛОВИЕ 25.50 ТОМАТИ СВЕЖИЕ ПАРВИЛОВИЕ 25.50 ТОМАТИ КОУЛ-СЛОУЛ" БЕЛИТ "КОУЛ-СЛОУЛ" БЕЛИТ "КОУЛ-СЛОУЛТ БЕЛИТ "КОУЛТ БЕЛИТ "КОУЛТ БЕЛИТ "КОУЛТ БЕЛИТ "КОУЛТ БЕЛИТ "КОУЛТ	перец болгарский	13.30	10.00						
Томаты свежие парвиновые 25.50 2.00 1.00	томаты свежие грунтовые	26.25	25.00						
Салит "Коуле-слоул" 70 0.99 6.84 4.68 85.58			25.00						
Вапуста боложившия 37.50 30.00				или				0	
30.00 30.	Салат "Коул-слоул"			70	0.99	6.84	4.68	85.58	
ния капуска песвиская 40.50	капуста белокачанная	37.50	20.00						
COLOR - 33% 30.59 23.00 30.59 30.59 30.59 30.59 30.59 30.50	или капуста пекинская	40.50	30.00						
с 01.01 - 33% 30.59 23.00 яблоки свежие 12.43 11.00 мак 0.50 0.50 Масло растительное 4.20 4.20 лимон 9.00 9.00 соль йодирования 0.20 0.20 сахар-несок 0.50 0.50 кункутное масло 2.00 2.00 Накцука 170 8.79 12.64 22.87 224.52 морков, до 01.01 - 23% 25.00 20.00 <t< td=""><td>морковь до 01.0125%</td><td>28.75</td><td>22.00</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>	морковь до 01.0125%	28.75	22.00						
мак 0.50 0.50 0.50	c 01.01 - 33%		45.00				_		
масло растительное 4.20 4.20 4.20	яблоки свежие	12.43	11.00						
лимон 9,00 9,00 соль йолированная 0,20 0,20 сахар-песок 0,50 0,50 Куржутное масло 2,00 2,00 170 8,79 12,64 22,57 224,52 морковь до 01,01,-25% 25,00 20,00 </td <td>мак</td> <td>0.50</td> <td>0.50</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	мак	0.50	0.50						
соль йодированная 0.20 0.50 0.50 кунжутное масло 2.00 2.00 2.00 Шакшука 170 8.79 12.64 22.57 224.52 морковь до 01.0125% 25.00 20.00 2	масло растительное	4.20	4.20						
Сахар-песок 0.50	лимон	9.00	9.00						
Пакшука 170 8.79 12.64 22.57 224.52	соль йодированная	0.20	0.20						
Накшука 170 8.79 12.64 22.57 224.52 кабачок с/м 20.00	сахар-песок	0.50	0.50						
кабачок с/м 20.00 20.00 морковь до 01.01-25% 25.00 с 01.01-33% 26.60 лук репчатый 23.60 20.00 масло растительное 10.00 10.00 или масло сливочное 10.00 10.00 чеснок 2.52 2.00 соль йолированая 0.20 0.20 сахар-песок 1.00 1.00 орегано сущеный 0.50 0.50 вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00	кунжутное масло	2.00	2.00						
морковь до 01.0125% 25.00 20.00 2	Шакшука			170	8.79	12.64	22.57	224.52	
с 01.01 - 33% 26.60 лук репчатый 23.60 масло растительное 10.00 или масло сливочное 10.00 чеснок 2.52 соль йодированая 0.20 орегано сущеный 0.50 вода питьевая 150.00 вода питьевая 150.00 томаты с/м 20.00 заслень 1.25 1.00 1.00 <td>кабачок с/м</td> <td>20.00</td> <td>20.00</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	кабачок с/м	20.00	20.00						
с 01.01 - 33% 26.60 лук репчатый 23.60 20.00 масло растительное 10.00 10.00 или масло сливочное 10.00 10.00 чеснок 2.52 2.00 соль йодированая 0.20 0.20 сахар-песок 1.00 1.00 орегано сущеный 0.50 0.50 вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	морковь до 01.0125%	25.00	20.00						9
масло растительное или масло сливочное 10.00 10.00 чеснок 2.52 2.00 соль йодированая 0.20 0.20 сахар-песок 1.00 1.00 орегано сущеный 0.50 0.50 вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	c 01.01 - 33%	26.60	20.00						
или масло сливочное 10.00 </td <td>лук репчатый</td> <td>23.60</td> <td>20.00</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	лук репчатый	23.60	20.00						
чеснок 2.52 2.00 соль йодированая 0.20 0.20 сахар-песок 1.00 1.00 орегано сущеный 0.50 0.50 зира 0.50 0.50 вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	масло растительное	10.00	10.00						() ()
соль йодированая 0.20 0.20 сахар-песок 1.00 1.00 орегано сущеный 0.50 0.50 зира 0.50 0.50 вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	или масло сливочное	10.00	10.00						0
сахар-песок 1.00 1.00 1.00 орегано сущеный 0.50 0.50 1.00 зира 0.50 0.50 1.00 вода питьевая 150.00 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 1.00 томаты с/м 20.00 20.00 1.00 зелень 1.25 1.00 1.00	чеснок	2.52	2.00						
орегано сущеный 0.50 0.50 зира 0.50 0.50 вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	соль йодированая	0.20	0.20						
зира 0.50 0.50 150.00 вода питьевая 150.00 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 150.00 томаты с/м 20.00 20.00 10.00 зелень 1.25 1.00 1.00	сахар-песок	1.00	1.00					·	0
вода питьевая 150.00 150.00 яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	орегано сущеный	0.50	0.50						
яйцо куриное 55.00 55.00 томаты с/м 20.00 20.00 зелень 1.25 1.00	зира	0.50	0.50						
томаты c/м 20.00 20.00 3елень 1.25 1.00	вода питьевая	150.00	150.00						
зелень 1.25 1.00	яйцо куриное	55.00	55.00						
	томаты с/м	20.00	20.00						
тук зеленый 2 00 2 00	зелень	1.25	1.00						
Tyk senemin 2.00 2.00	лук зеленый	2.00	2.00						\(\text{\chi}\)

Шоколадный трайфл			180	7.90	6.43	34.22	221.87	
бисквит шоколадный:			30					
одик	22.00	22.00						
мука пшеничная	11.50	11.50						
сахар-песок	2.00	2.00						
масло растительное	1.00	1.00						
какао-порошок	2.50	2.50						
соль йодированная	0.01	0.01						
Соус клубничный			30					
клубника с/м	18.00	18.00						
вода питьевая	9.00	9.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
крахмал кукурузный		1.00						
свекла	11.25	9.00						
свекла с 1 марта	12.15	9.00						
кефир	120.00	120.00						
Напиток "Смородина-яблоко"			200	0.16	0.08	8.50	37.18	№ 631-2004
смородина с/м	20.00	20.00						
яблоко с/м	10.00	10.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Обед			801	28.03	27.09	121.68	834.77	
Салат из стручковой фасоли			60	1.69	2.60	4.98	44.57	
фасоль стручковая	42	40.00						
морковь до 01.0125%	20.00	16.00						
c 01.01 - 33%	21.28	10.00						
лук зеленый	2.00	2.00						
масло растительное	2.00	2.00						
соевый соус	1.00	1.00						
кунжут	1.00	1.00						
вода питьевая	2.00	2.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
						•		

Рассольник Ленинградский со сметаной			220	7.03	11.78	33.36	246.12	
грудка куринная	15.39	11.40						
масса отварного мяса		9.50						
картофель - 01.0931.10 25%	59.85	45.00					1	
01.1131.1230%	64.35	45.00						
01.01-29.02 - 35%	69.30	45.00						
01.03 - 40%	75.15	45.00						
крупа перловая	6.00	6.00			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
морковь до 01.0120%	12.50	10.00						
c 01.01 - 25%	13.30	10.00						
лук репчатый	9.52	8.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
огурцы соленые	19.00	10.00						
масло сливочное 72,5%	4.00	4.00						
или масло растительное	4.00	4.00			ž 2			
соль йодированая	0.20	0.20			ž ģ			
вода	188.00	188.00						
сметана 15%	5.00	5.00	,					
зелень свежая	1.35	1.00						
Булгур отварной			150	6.04	4.47	31.52	201.66	
булгур	55.00	55.00						
лук репчатый	28.32	24.00						
вода питьевая	165.00	165.00						
масло сливочное	5.00	5.00						
соль йодированная	0.30	0.30						
Рыбный фишболл			90	9.75	4.33	20.22	173.23	
минтай с/м	102.00	60.00						
или филе минтая	96.00							
лук репчатый	29.75	25.00					1	
масса пассерованного лука		12.50						
хлеб пшеничный (тостовый)	15.00	15.00						
молоко питьевое	5.25	5.25						
соль йодированная	0.27	0.20						

рис круглозерый	6.50	6.50						0
масса отварного риса		16.25						
одйк	8.00	8.00						
масса п/ф		109.00						
сухари панировочные	5.00	5.00						
масса п/ф в панировке		114.00						
масло растительное для смазки изделий	2.00	2.00					/-	
Соус красный с овощами:			50	0.77	3.08	6.54	56.61	
лук репчатый	5.95	5.00						
морковь до 01.0125%	12.50	10.00						
c 01.01 - 33%	13.30	10.00						
масло растительное	3.25	3.25						
томатная паста	7.50	7.50						
мука пшеничная	3.50	3.50			-			
вода питьевая	50.00	50.00						er e
соль йодированная	0.10	0.10						
сахар-песок	1.25	1.25						
Напиток клубничный			200	0.27	0.12	9.28	37.68	
клубника с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00					.7	
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Итого:			1439	47.72	46.65	202.57	1394.19	
		13 дені	b					
					Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г			•			×
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			532	18.99	20.68	87.36	601.57	
-			60	0.59	0.07	5.19	15.17	
Закуска из свежих огурцов			00	0.59	0.07	3.19	15.17	
огурцы свежие грунтовые		60.00					v	
огурцы свежие парниковые	61.20						2.	

чеснок	1.28	1.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар-песок	1.00	1.00						
зелень	2.50	2.00						
Митболл в овсяной панировке			90	11.78	17.01	21.14	308.79	
Фарш домашний:								
филе бедра	13.48	12.25						
говядина	13.48	12.25						
свинина	15.44	14.70						
яйцо куриное	2.45	2.45						
лук репчатый	17.49	14.70					*	
масса пассерованного лука		7.35						
фарш п/ф		49.00						
хлеб тостовый	8.28	8.28						
вода для замачивания хлеба	7.00	7.00						
масло растительное	5.00	5.00						
лук репчатый	47.60	40.00						
лук пассированнный		20.00						
сухари панировочные	3.00	3.00						2
соль йодированная	0.20	0.20						
картофель 01.09-31.10	14.70	11.05						
картофель 01.11-31.12	15.80							
картофель 01.01-29.02	17.02							
картофель 01.03	18.45							
масса п/ф		91.53					*	
хлопья овсяные	10.00	10.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
яйцо для панировки	10.00	10.00						
масса п/ф с панировкой		116.53						
масло растительное для смазки листа	3.00	3.00						
Картофельное пюре			150	3.86	3.14	35.78	162.25	№ 520-2004
картофель 01.09-31.10	175.56							
картофель 01.11-31.12	188.76							

картофель 01.01-29.02	203.28							0
картофель 01.03	220.44							
соль йодированая	0.30	0.30						
масло сливочное	4.50	4.50						
молоко питьевое	22.50	22.50						
Напиток сливовый			200	0.20	0.06	8.29	34.08	№ 631-2004
слива с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32.00	32.00	32	2.56	0.40	16.96	81.28	
Обед		la .	744	25.78	28.27	112.33	793.72	
Салат из капусты с томатом			60	0.81	7.07	3.90	82.32	
томаты свежие грунтовые	21.00	20.00						
томаты свежие парниковые	20.40	20.00						
капуста белокачанная	37.50	30.00						
или пекинская капуста	40.50	30.00						
масло растительное	7.00	7.00						
сахар-песок	2.00	2.00						
соев ый соус концентрат	4.00	4.00						
вода питьевая	4.00	4.00						
Финская уха			220	7.84	7.25	29.36	172.36	№169-2006
горбуша с/м с/г(филе без кожи и костей)	51.12	36.00						
или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	52.20	36.00						
масса готовой рыбы		30.00						·
картофель - 01.09-31.10 - 25%	66.50	50.00						
01.11-31.12 - 30%	71.50	50.00						
01.01-29.02 - 35%	77.00	50.00						"
01.03 - 40%	83.50	50.00						V
лук репчатый	14.28	12.00						
морковь до 01.01	18.75	15.00						
морковь с 01.01	19.95	15.00						
молоко питьевое	10.00	10.00						
	-							

Combining Page Com	мука пшеничная	3.00	3.00						
Папи масло растительносо 7.00 7.00 7.00 11.69 13.16 37.77 350.56	соль йодированная	0.20	0.20						
11.60 в сывсом 200 11.69 13.16 37.77 350.56	масло сливочное 72,5%	7.00	7.00						
Товжания 1 китегория 67.20 64.00	или масло растительное	7.00	7.00						
Наминений 58.80 56.00 56.00	Плов с мясом			200	11.69	13.16	37.77	350.56	
Вилифиле куривое 55.00 50.00 50.00	говядина 1 категории	67.20	64.00						
масса тушеного миса 40.00 кууна рис пропаренный 55.00 55.00 вода питъевая 150.00 150.00 соль йодированная 0.50 0.50 морхова до 10.1-20% 25.00 20.00 с 01.01-25% 26.60 20.00 зук репчатый 59.50 50.00 масло растительное 5.00 5.00 наниток из сухофруктов 5.00 5.00 сухофруктов 13.00 13.00 сахар песок 8.00 8.00 коб "Пиксинчный" витаминизированить за 200.00 200.00 28 2.24 0.33 13.44 64.40 Итого: 1276 44.77 48.95 199.69 1.395.29 14 день Брутто, г Нетто, г Выхол, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал Наименование блюколя 140 9.69 7.54 28.76 217.96 Рыбный киш с брокколя 110.04 140 9.69 7.54 28.76 217.96	или свинина	58.80	56.00						
крупа рис пропаренный	или филе куриное	55.00	50.00						
150.00 150.00	масса тушеного мяса		40.00						
Соль Йодированная 0.50	крупа рис пропаренный	55.00	55.00						
Морковь до 01.01-20% 25.00 20.00	вода питьевая	150.00	150.00						
C 01.01 - 25% 26.60 20.00	соль йодированная	0.50	0.50						<u> </u>
При п	морковь до 01.0120%	25.00	20.00						
3ира 0.50 0.50 0.50 0.50 0.50 0.32 0.00 8.78 34.08	c 01.01 - 25%	26.60	20.00						
Масло растительное 5.00 5.00 5.00 3.20 0.00 8.78 34.08 Сухофруктов 13.00	лук репчатый	59.50	50.00						
Напиток из сухофруктов 200 0.32 0.00 8.78 34.08 сухофрукты 13.00 <td>зира</td> <td>0.50</td> <td>0.50</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	зира	0.50	0.50						
Сухофрукты 13.00 13.00 13.00	масло растительное	5.00	5.00						
сахар песок 8.00 8.00 8.00 90.00 Вода питьсвая 200.00 200.	Напиток из сухофруктов			200	0.32	0.00	8.78	34.08	
Вода питьевая 200.00 200.00 36.00 36.00 36.00 36 2.88 0.46 19.08 90.00 Хлеб "Николаевский" 28.00 28.00 28 2.24 0.33 13.44 64.40 Итого: 1276 44.77 48.95 199.69 1395.29 ———————————————————————————————————	сухофрукты	13.00	13.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный 36.00 36.00 36 2.88 0.46 19.08 90.00 Хлеб "Николаевский" 28.00 28.00 28 2.24 0.33 13.44 64.40 Итого: 1276 44.77 48.95 199.69 1395.29 Химический состав Химический состав Нетго, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал Завтрак 590 18.41 18.91 81.55 571.28 Рыбный киш с брокколи 140 9.69 7.54 28.76 217.96 место заливное: 110.04 10.04<	сахар песок	8.00	8.00			,			2
Xлеб "Николаевский" 28.00 28.00 28 2.24 0.33 13.44 64.40 Итого:	вода питьевая	200.00	200.00						
1276 44.77 48.95 199.69 1395.29 14 день	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	36.00	36.00	36	2.88	0.46	19.08	90.00	
Наименование блюда Брутго, г Нетго, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал	Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Наименование блюда Брутто, г Нетто, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЩ, ккал Рыбный киш с брокколи 140 9.69 7.54 28.76 217.96 место заливное: 110.04	Итого:			1276	44.77	48.95	199.69	1395.29	
Наименование блюда Брутто, г Нетто, г Выход, г Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал Рыбный киш с брокколи 140 9.69 7.54 28.76 217.96 место заливное: 110.04 110.04 110.04 110.04 110.04			14 дені	5					
Выход, г Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал Выход, г Белки, г Жиры, г Угл. г ЭЦ, ккал						Химический со	став		
Завтрак 590 18.41 18.91 81.55 571.28 Рыбный киш с брокколи 140 9.69 7.54 28.76 217.96 место заливное: 110.04 110.0	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	RLIVOTI F	Белки г	Жипы г	Vrnr	ЭП ккал	
Рыбный киш с брокколи 140 9.69 7.54 28.76 217.96 место заливное: 110.04				Выход, 1	Desikii, i	жиры, т	J 101. 1	JI, KKIJ	
тесто заливное: 110.04 яйцо куринное 20.00 20.00 20.00	Завтрак			590	18.41	18.91	81.55	571.28	
яйцо куринное 20.00 20.00	Рыбный киш с брокколи			140	9.69	7.54	28.76	217.96	
	тесто заливное:		110.04						
кефир 54.00 54.00	яйцо куринное	20.00	20.00						
	кефир	54.00	54.00						

мука пшеничная	34.66	34.66						9
разрыхлитель	0.35	0.35						
кунжут	1.00	1.00						
соль йодированная	0.03	0.03						
Начинка:		8						
филе минтая	48.00	30.00						
картофель 01.09-31.10	46.55	35.00						
картофель 01.11-31.12	50.05							
картофель 01.01-29.02	53.90							
картофель 01.03	58.45							
брокколи с/м	22.00	20.00						
лук репчатый	17.85	15.00						
кабачок с/м	22.00	20.00						
масло растительное	1.50	1.50						
масса п/ф		230.04						
масло растительное для смазки листа	2.00	2.00						
Крем суп-Минестроне			250	6.56	11.04	33.79	265.44	
кабачок с/м	44.625	37.50						
морковь до 01.0125%	31.25	25.00						
c 01.01 - 33%	33.25	23.00						
орегано сушеный	0.50	0.50						
мука пшеничная	15.00	15.00						
молоко питьевое	87.50	87.50						
соль йодированная	1.00	1.00						
картофель 01.09-31.10	133.00							
картофель 01.11-31.12	143.00	100.00						
картофель 01.01-29.02	154.00	100.00						
картофель 01.03	167.00							
вода питьевая	100.00	100.00						
капуста цветная	20.25	37.50						
	38.25	37.50						1
чеснок	1.00	1.00						
чеснок масло растильное	-							
	1.00	1.00						

Гренки чесночные:		10))
хлеб тостовый	17.60	11.00						
масло чесночное:	3.00	3.00						
масло растительное	2.70	2.70					1	
чеснок	0.50	0.39						
Чай витаминный с шиповником			200	0.40	0.05	7.34	32.00	
чай черный	1.00	1.00						
сахар-песок	8.00	8.00						
плоды шиповника	6.00	6.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22.00	22.00	22	1.76	0.28	11.66	55.88	
Обед			766	27.92	26.54	112.22	808.05	
Салат с томатами, сыром и гренками			60	1.87	8.14	5.89	71.50	
томаты свежие грунтовые	39.90	38.00						
томаты свежие парниковые	38.76	38.00						
сыр	10.10	10.00						
масло растительное	2.00	2.00						
Гренки чесночные:		10						
хлеб тостовый	16.00	10.00						
масло чесночное:	3.00	3.00						
масло растительное	2.70	2.70						
чеснок	0.50	0.39						
Борщ с птицей и сметаной	â	22	220	7.01	2.01	19.36	150.29	№169-2006
грудка куринная	14.58	10.80						
масса отварного мяса		9.00						
картофель 01.09-31.10	14.70							
картофель 01.11-31.12	15.80	11.05						
картофель 01.01-29.02	17.02	11.05						
картофель 01.03	18.45							
капуста белокочанная свежая	23.75	19.00						
свекла - до 01.01 - 20%	37.50	30.00						
c 01.01 - 25%	39.90	30.00						
морковь до 01.0120%	13.75	11.00						
	1		1					

c 01.01 - 25%	14.63	11.00					4	
томатная паста (без консервантов и красителей)	3.25	3.25						
лук репчатый	11.90	10.00						
лавровый лист	0.01	0.01					1	
масло сливочное 72,5%	7.00	7.00						
или масло растительное	7.00	7.00						
сметана	4.00	4.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар песок	1.75	1.75						
Фрикассе из курицы			90	9.79	10.66	7.36	187.54	
филе куринное	55.0	50.00		8.56	6.82	2.45	122.47	
или филе куриного бедра	55.0	50.00						
масло растительное	6.0	6.00						
лук репчатый	11.9	10.00						
морковь с/м	10.00	10.00						6
кабачок с/м	10.00	10.00						
лук зеленый	2.00	2.00						
Соус бешамель со :			50	1.2	3.8	4.9	65.1	
молоко питьевое	51.00	50.00						9
вода питьевая	10.00	10.00						
масло сливочное	4.00	4.00						
мука пшеничная	4.25	4.25						
соль йдированная	0.30	0.30						
сахар -песок	0.25	0.25						
брокколи с/м	2.20	2.00						
чеснок	0.22	0.25						
	0.33	0.23						
Кус-кус	0.33	0.25	150	2.60	4.46	40.58	212.36	
Кус-кус кус-кус	56.00	56.00	150	2.60	4.46	40.58	212.36	
			150	2.60	4.46	40.58	212.36	
кус-кус	56.00 140.00	56.00	150	2.60	4.46	40.58	212.36	
кус-кус вода питьевая	56.00 140.00 3.00	56.00 140.00	150	2.60	4.46	40.58	212.36	
кус-кус вода питьевая масло сливочное	56.00 140.00 3.00	56.00 140.00 3.00	200	0.30	0.48	6.51	212.36	
кус-кус вода питьевая масло сливочное соль йдированная	56.00 140.00 3.00 1.00	56.00 140.00 3.00						

сахар-песок	6.00	6.00						,
облепиха с/м		8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	2.88	0.46	19.08	90.00	
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Итого:			1356	46.33	45.45	193.77	1379.33	
		15 день	Ь					
					Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			618	19.07	19.60	86.10	604.54	
Гранола с ягодным соусом			160	2.54	4.64	34.14	201.71	
Соус ягодный:			30					
клубника с/м	12.00	12.00						
черная смородина с/м	3.20	3.20						3.
вода питьевая	9.00	9.00						
сахар-песок	0.60	0.60						
крахмал кукурузный	0.60	0.60						
гранола :		20.00						
хлопья овсяные	13.33	13.33						
сахарный сироп:		10.00						
сахар -песок	8.00	8.00						
вода питьевая	10.00	10.00						
печенье	20.00	20.00						
снежок	100.00	100.00						
Курица в азиатском стиле			90	9.69	10.79	10.91	143.33	
филе куринное	55.0	50.00		9.15	10.05	1.49	122.19	
или филе куриного бедра	55.0	50.00						
масло растительное	6.00	6.00						

лук репчатый	11.9	10.00						
морковь с/м	10.00	10.00]
кабачок с/м	10.00	10.00						
лук зеленый	1.00	1.00						
Соус терияки:		50.00		0.54	0.74	9.42	21.14	
вода питьевая	38.00	38.00						
соевый соус	13.00	13.00						
сахар -песок	6.00	6.00					,	
крахмал кукурузный	2.00	2.00						
чеснок	1.00	1.00						
масло кунжутное	0.50	0.50						
кунжут белый	1.00	1.00						
кунжут черный	1.00	1.00						
Булгур отварной			150	5.14	3.87	27.52	195.25	
булгур	55.00	55.00						8
лук репчатый	28.32	24.00						
вода питьевая	165.00	165.00						
масло сливочное	4.00	4.00						
соль йодированная	0.50	0.50						72
Напиток "Манго - абрикос"			200	0.26	0.07	3.99	19.25	№ 631-2004
абрикос с/м	20.00	20.00						
сахар песок	5.00	5.00						
манго с/м	10.00	10.00						2
вода питьевая	180.00	180.00					52	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Обед			712	25.39	27.35	121.05	832.10	
Салат "Коул-слоул"			60	0.84	6.16	4.01	73.35	
капуста белокачанная	32.50	26.00						

или капуста пекинская	35.10							
морковь до 01.0125%	25.00	20.00						
c 01.01 - 33%	26.60	7						
яблоки свежие	10.64	9.42						
мак	0.42	0.42						
масло растительное	3.60	3.60						
лимон	7.71	7.71						
соль йодированная	0.18	0.18						
сахар-песок	0.48	0.48						
кунжутное масло	1.50	1.50						
Сырный суп на курином бульоне с гренками			220	12.57	11.87	23.02	302.14	
лук репчатый	15.708	13.20						
морковь до 01.0125%	33.00	26.40						
c 01.01 - 33%	35.11	,						
орегано сушеный	0.80	0.80					0	
мука пшеничная	4.40	4.40						
молоко питьевое	48.40	48.40						
соль йодированная	0.20	0.20						
картофель 01.09-31.10	70.22	52.80						
картофель 01.11-31.12	75.50							
картофель 01.01-29.02	81.31			П				
картофель 01.03	88.18	S						
бульон куриный	132.00	132.00						
сыр плавленый	31.62	31.00						
чеснок	0.80	0.80						
масло растильное	8.00	8.00						,
или масло сливочное	8.00	8.00						
Гренки:		10						
хлеб тостовый	16.00	10.00						
чесночное масло:		2						
масло растительное	2.00	2.00						
чеснок	0.60	0.50					9	
Жаркое по-домашнему			200	7.80	8.63	57.20	291.03	№590-2004

грудка куриная (филе без кожи и костей)	64.13	47.50						
масса тушеного мяса		38.00						
картофель - 01.0931.10 25%	186.20	140.00						
01.1131.1230%	200.20	140.00					1	
01.01-29.02 - 35%	215.32	140.00						
01.03 - 40%	233.80	140.00						
лук репчатый	11.90	10.00						
морковь до 01.0120%	30.00	24.00						
морковь с 01.0125%	31.92	24.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
томатная паста	10.00	10.00						N.
соль йодированная	0.50	0.50						
масло растительное	5.60	5.60						
вода	70.00	70.00						
Напиток виноградный			200	0.18	0.06	11.02	43.38	№ 631-2004
виноград с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	2.88	0.46	19.08	90.00	
Хлеб "Николаевский"	14.00	14.00	14	1.12	0.17	6.72	32.20	
Итого:			1330	44.46	46.95	207.15	1436.64	
Итого за 5 дней			6731	231.01	237.02	1005.01	7050.00	
Средняя за 1 день			1346.2	46.20	47.40	201.00	1410.00	
		16 дені	Ь					
					Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	-
Завтрак			500	19.01	19.24	80.95	608.76	
Бутерброд с моцареллой			50	5.95	4.79	15.95	133.9	
хлеб тостовый	30.00	30.00			.,,,,	1000	1000	
сыр "Моцарелла"	20.40	20.00						
Творожная запеканка с ягодным соусом			130	7.56	6.57	38.71	263.47	
творог	43.15	42.30						
		1	I	I		l	ŀ	

яйцо куриное	12.50	12.50					1	
сахар-песок	2.00	2.00						
крупа манная	21.50	21.50						
снежок	31.40	31.40						
ванилин	0.15	0.15						
цедра лимона	1.00	1.00						
разрыхлитель	0.50	0.50						
масло растительное для смазки	5.00	5.00						
масса п/ф		116.35						
Соус ягодный:			30					
клубника с/м	12.00	12.00						
черная смородина с/м	3.20	3.20					9	
вода питьевая	9.00	9.00						
сахар-песок	0.60	0.60						
крахмал кукурузный	0.60	0.60						
Какао с маршмеллоу			200	4.36	7.43	14.49	109.39	
какао-порошок	5.00	5.00						
вода питьевая	105.00	105.00						
молоко питьевое	110.25	105.00						
сахар-песок	5.0	5.00						
ванилин	0.2	0.15						
корица молотая	0.5	0.50						
зефир маршмеллоу	10.0	10.00						
Фрукт в ассортименте	120	120	120	1.14	0.45	11.80	102.00	
Обед			766	27.78	26.56	120.37	799.80	
Закуска из свежих огурцов			60	0.59	0.07	5.19	15.17	
огурцы свежие грунтовые	63.00	60.00						
огурцы свежие парниковые	61.20	00.00						
чеснок	1.28	1.00					1	
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар-песок	1.00	1.00						
зелень	2.50	2.00						
Щи "Невские" с птицей			220	6.32	10.25	18.84	194.25	

грудка куриная (филе без кожи и костей)	16.88	12.50						
масса тушеного мяса		10.00						
капуста квашенная	39.00	30.00						
картофель - 01.0931.10 25%	39.90	30.00						
01.1131.1230%	42.90	30.00						
01.01-29.02 - 35%	46.20	30.00						
01.03 40%	50.10	30.00						
морковь до 01.0120%	18.75	15.00						
c 01.01 - 25%	19.95	15.00					i .	
томатная паста	10.00	10.00						
мак	0.10	0.10						
соль йодированная	0.50	0.50						
лук репчатый	11.90	10.00						
масло сливочное 72,5%	5.30	5.30						
или масло растительное	5.30	5.30						
вода питьевая	200.00	200.00						
Мясо по-Сибирски			90	13.13	10.87	23.84	269.21	
свинина	58.80	56.00						
масса готового мяса:		40						
лук репчатый	35.70	30.00						
масло растительное	5.00	5.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар-песок	1.00	1.00						
сухари панировочные	15.00	15.00						
сметана	40.00	40.00						
вода питьевая	250.00	250						
Картофель по -деревенски			150	3.80	4.74	43.36	185.36	
картофель 01.09-31.10	299.25							
картофель 01.11-31.12	321.75	225.00						
картофель 01.01-29.02	346.50	225.00						
картофель 01.03	375.75							
соль йодированая	0.50	0.50						
		a n		•	•		•	

нкамит	0.50	0.50						
розмарин	0.50	0.50						
масло чесночное:		10						
чеснок	1.66	1.30					1	
масло растительное	5.00	5.00						
Чай с чебрецом			200	0.26	0.07	6.16	26.41	
чай черный	1.00	1.00						
сахар-песок	8.00	8.00						
чебрец	0.50	0.50						
вода питьевая	200.00	200.00	1					
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Итого:			1266	46.79	45.80	201.32	1408.56	
		17 дені	Ь			A.		
*			Химический состав					
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			552	18.44	20.33	83.79	592.27	
Закуска из квашенной капусты			80	1.83	5.05	6.49	72.29	
капуста квашенная	104.00	80.00						
масло растительное	5.00	5.00						
сахар-песок	1.00	1.00					7	
лук зеленый	2.00	2.00						
Венгерский гуляш			90	11.27	10.36	8.74	182.96	
свинина	61.60	56.00						
или говядина	67.20	64.00						
масса тушеного мяса		40.00						
масло растительное	5.00	5.00						
лук репчатый	23.80	20.00						
морковь до 01.0125%	37.50	30.00						
c 01.01 - 33%		1						
0 01.01 05/0	39.90							
перец с/м	39.90 15.00	15.00						

соль йдированная	0.20	0.20						0
чеснок	1.28	1.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
томатная паста	10.00	10.00					1	
вода питьевая	350.00	350.00						
паприка сушеная	1.00	1.00						
лук зеленый	3.00	3.00					, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
Кус-кус			150	2.60	4.46	40.58	212.36	
кус-кус	56.00	56.00						
вода питьевая	140.00	140.00						
масло сливочное	3.00	3.00						
соль йдированная	1.00	1.00					7	
		или						
Рис отварной			150	2.63	4.87	41.27	214.97	№ 511-2006
крупа рисовая	55.00	55.00						
вода питьевая	137.50	137.50						
масло сливочное	5.00	5.00						
соль йдированная	1.00	1.00						
Напиток виноградный			200	0.18	0.06	11.02	43.38	№ 631-2004
виноград с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						6
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32.00	32.00	32	2.56	0.40	16.96	81.28	
Обед			744	26.08	27.13	116.21	858.15	,
Карпачо из овощей			60	0.60	0.08	2.16	11.45	
огурцы свежие грунтовые	26.25	25.00						2
огурцы свежие парниковые	25.50	25.00						
перец болгарский	13.30	10.00						
томаты свежие грунтовые	26.25	25.00						7
томаты свежие парниковые	25.50	23.00						V V
Рассольник Ленинградский со сметаной			220	5.36	12.01	28.12	294.55	
грудка куринная	15.39	11.40						
масса отварного мяса		9.50						
			•			-	•	

картофель - 01.0931.10 25%	59.85	45.00						
01.1131.1230%	64.35	45.00						
01.01-29.02 - 35%	69.30	45.00						
01.03 - 40%	75.15	45.00						
крупа перловая	9.00	9.00						
морковь до 01.0120%	12.50	10.00						
c 01.01 - 25%	13.30	10.00						
лук репчатый	9.52	8.00						
лавровый лист	0.01	0.01						
огурцы соленые	19.00	10.00						
масло сливочное 72,5%	4.00	4.00						
или масло растительное	4.00	4.00						
вода	188.00	188.00						
сметана 15%	5.00	5.00						
зелень свежая	1.35	1.00						
Паста с курицей и сулугуни			200	14.74	14.18	49.42	378.50	
Паста:				14.12	14.16	46.25	361.58	
филе куриное	38.50	35.00						
макароны	65.00	65.00						
морковь до 01.0125%	25.00	20.00						
c 01.01 - 33%	0.00	20.00						
лук репчатый	23.80	20.00						
масло растительное	14.00	14.00						
или масло сливочное	13.00	13.00						
сыр сулугуни	20.20	20.00						
соус для пасты помадоро:			50	0.62	0.02	3.17	16.92	
томаты с/м	27.00	27.00						
вода питьевая	23.50	23.50						,
соль йодированная	1.00	1.00						
сахар-песок	0.50	0.50						
орегано	0.20	0.20	I h	1 ,	1			
орегано базилик сущеный		0.20						
	0.10							

Напиток "Маног-абрикос"			200	0.26	0.07	3.99	19.25	№ 631-2004			
абрикос с/м	20.00	20.00									
сахар песок	5.00	5.00									
манго с/м	10.00	10.00									
вода питьевая	180.00	180.00						2			
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	36.00	36.00	36	2.88	0.46	19.08	90.00				
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40				
Итого:			1296	44.52	47.46	200.00	1450.42				
	18 Д					Ъ					
	*		3		Химический со	став					
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал				
Завтрак			546	19.08	20.52	82.21	561.65				
Салат из капусты с томатом			60	0.81	7.07	3.90	82.32				
томаты свежие грунтовые	21.00	20.00						0			
томатв свежие парниковые	20.40	20.00									
капуста белокачанная	37.50	30.00									
или пекинская капуста	40.50	30.00									
масло растительное	6.00	6.00			8 9			8			
coyc:		10									
соевый соус концентрат	4.00	4.00									
сахар-песок	2.00	2.00									
вода питьевая	4.00	4.00						9			
соль йодированная	0.20	0.20									
Крабовый фишболл			90	10.55	9.75	10.54	177.00				
минтай с/м	102.00	60.00						20			
или филе минтая	96.00										
лук репчатый	25.23	21.20									
масса пассерованного лука		10.60									
хлеб пшеничный (тостовый)	3.75	3.75			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			8			
масло сливочное	3.00	3.00									
или масло растительное	3.00	3.00									
молоко питьевое	3.12	3.12									

соль йодированная	0.27	0.27						
крабовые палочки	31.50	30.00						
одйя	3.75	3.75						
масса п/ф		111.49						
сухари панировочные	5.00	5.00						
масса п/ф в панировке		116.49						
масло растительное для смазки изделий	2.00	2.00					,	
Картофельное пюре			150	3.86	3.14	35.78	162.25	№ 520-2004
картофель 01.09-31.10	175.56							
картофель 01.11-31.12	188.76	132.00						
картофель 01.01-29.02	203.28	132.00						
картофель 01.03	220.44							
соль йодированая	0.20	0.20						
масло сливочное	4.50	4.50						
молоко питьевое	22.50	22.50						
Напиток "Витаминный" сухофрукты			200	0.18	0.00	9.01	30.68	
сухофрукты	20.00	20.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Хлеб "Николаевский"	28.00	28.00	28	2.24	0.33	13.44	64.40	
Обед			761	26.10	27.16	119.89	791.65	
Салат из стручковой фасоли			60	1.69	2.60	4.98	44.57	
фасоль стручковая	42.00	40.00					2.5	
морковь до 01.0125%	20.00	16.00						
c 01.01 - 33%	21.28	10.00						,
лук зеленый	2.00	2.00						
масло растительное	2.00	2.00						
соевый соус	1.00	1.00						
кунжут	1.00	1.00						
вода питьевая	2.00	2.00						
сахар-песок	1.00	1.00					et.	
Суп гороховый с гренками и мясом			230	9.98	8.94	36.31	214.36	

говядина 1 категории	15.12	14.40						
масса отварного мяса		9.00						
картофель - 01.0931.10 25%	63.84	48.00						
01.1131.1230%	68.64	48.00						
01.01-29.02 - 35%	73.92	48.00						
01.03 40%	80.16	48.00						
горох лущёный	18.00	18.00						
масло сливочное 72,5%	5.20	5.20						
или масло растительное	5.20	5.20						
лук репчатый	9.52	8.00						
морковь до 01.0120%	18.75	15.00						
c 01.01 - 25%	19.95	15.00					7	
соль йодированная	0.50	0.50						
вода	175.00	175.00						
хлеб тостовый	16.00	10.00						
Азу			90	9.12	9.98	16.36	201.87	
филе куриное	55.00	50.00						
масса тушеного мяса		40.00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	5.00	5.00						
лук репчатый	7.14	6.00						
огурцы соленые	15.20	8.00						
мука пшеничная в/с	2.50	2.50						
масло растительное	2.00	2.00						
или масло сливочное	5.00	5.00						
вода питьевая	40.00	40.00						
Рис отварной			150	2.63	4.87	38.17	221.87	№ 511-2006
крупа рисовая	55.00	55.00						
вода питьевая	137.50	137.50						
масло сливочное	5.00	5.00						
соль йдированная	0.50	0.50						
Напиток сливовый			200	0.20	0.06	8.29	34.08	№ 631-2004
слива с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						

37		200.00		1	_			va i
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Итого:			1307	45.18	47.68	202.10	1353.30	
		19 денн	•					
					Химический со	став		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			503	20.20	19.37	87.93	558.34	
Гречка по-купечески			240	14.92	12.30	35.25	372.79	
крупа гречневая	55.00	55.00		14.30	12.28	32.08	355.87	536
фарш домашний:		52.00						
говядина	19.80	18.00						
свинина	18.90	18.00						
филе бедра	19.80	18.00			,			
морковь до 01.0125%	25.00	20.00			\$			
c 01.01 - 33%	26.60	20.00						
лук репчатый	23.60	20.00						
соль йодированная	0.20	0.20						
масло растительное	6.00	6.00						
или масло сливочное	6.00	6.00						
соус для пасты помадоро:			50	0.62	0.02	3.17	16.92	
томаты с/м	27.00	27.00						
вода питьевая	23.50	23.50						
соль йодированная	0.50	0.50						
caxap	0.50	0.50						
орегано	0.20	0.20						
базилик сущеный	0.10	0.10						
чеснок	1.20	1.00						
Ситник с инжиром			50	4.08	6.51	37.94	118.47	
тесто слоеное	60.00	60.00					4	
инжир с/м	20.00	20.00						

сахар-песок	4.00	4.00						0 0
мука пшеничная на подпыл	2.00	2.00						
масса п/ф		75.00						
сахарная пудра	3.00	3.00						
яйцо куриное	2.00	2.00						
масло растительное для смазки изделий	2.00	2.00						
		0	или			die .	X	
Ситник с инжиром			50	1.02	6.51	37.94	100.27	
Напиток "Смородина-яблоко"			200	0.16	0.08	8.50	37.18	№ 631-2004
смородина с/м	20.00	20.00			84		a t	
яблоко с/м	10.00	10.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Николаевский"	13.00	13.00	13	1.04	0.48	6.24	29.90	
Обед			738	26.60	28.86	118.40	805.19	
Салат с томатами и гренками			60	1.23	0.26	7.63	28.60	
томаты свежие грунтовые	47.25	45.00						
томаты свежие парниковые	45.90							
Гренки чесночные:		10						
хлеб тостовый	17.60	11.00						
масло чесночное:	3.00	3.00						
масло растительное	2.70	2.70						
чеснок	0.50	0.39						
лук репчатый	11.90	10.00						
масло растительное	5.00	5.00			-			
Суп -лапша с птицей			220	8.74	8.10	35.18	219.87	№692-2004
грудка куринная	14.58	10.80						
масса отварного мяса	_	9.00						
макаронные изделия	10.00	10.00						
морковь до 01.0120%	12.50	10.00						
c 01.01 - 25%	13.30	10.00						
лук репчатый	9.52	8.00						
масло растительное	4.35	4.35						

картофель - 01.0931.10 25%	66.50	50.00						
01.1131.1230%	71.50	50.00						
01.01-29.02 - 35%	77.00	50.00						
01.03 - 40%	83.50	50.00						
соль йодированная	0.50	0.50						
вода	180.00	180.00						
Митболл в овсяной панировке			90	11.78	17.01	21.05	308.79	
Фарш домашний:								
филе бедра	13.48	12.25						
говядина	13.48	12.25						
свинина	15.44	14.70						N:
яйцо куриное	2.45	2.45						
лук репчатый	17.49	14.70						
масса пассерованного лука		7.35						
фарш п/ф		49.00						
хлеб тостовый	8.28	8.28					,	
вода для замачивания хлеба	7.00	7.00						
масло растительное	5.00	5.00						
лук репчатый	47.60	40.00						
лук пассированнный		20.00						
сухари панировочные	3.00	3.00						
соль йодированная	0.20	0.20						
картофель 01.09-31.10	14.70							
картофель 01.11-31.12	15.80	11.05						
картофель 01.01-29.02	17.02	11.05						
картофель 01.03	18.45							
масса п/ф		91.53						
хлопья овсяные	10.00	10.00						
мука пшеничная	5.00	5.00						
яйцо для панировки	10.00	10.00						
масса п/ф с панировкой		116.53						
масло растительное для смазки листа	3.00	3.00					12	
Картофельное пюре			150	3.14	3.14	35.72	165.25	№ 520-2004
картофельное поре		2	130	3.14	3.14	33.72	103.23	312 320-20

картофель 01.09-31.10	175.56							
картофель 01.11-31.12	188.76	132.00						
картофель 01.01-29.02	203.28	152.00						
картофель 01.03	220.44							
соль йодированая	0.30	0.30						
масло сливочное	3.80	3.80						
молоко питьевое	22.50	22.50					И	
Напиток клубничный			200	0.27	0.12	9.28	37.68	№ 631-2004
клубника с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	200.00	200.00						
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00	18.00	18	1.44	0.23	9.54	45.00	
Итого:			1241	46.80	48.23	206.33	1363.53	
		20 денн	Ь					
					Химический со	став		4
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			524	19.52	19.30	83.83	616.50	
Салат "Коул-слоул"			70	0.99	6.84	4.68	79.25	
капуста белокачанная	37.50							
или капуста пекинская		30.00						
	40.50	30.00						
морковь до 01.0125%	9							
	7	23.00						
морковь до 01.0125%	28.75							
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33%	28.75 30.59 12.43	23.00						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие	28.75 30.59 12.43	23.00						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие мак	28.75 30.59 12.43 0.50	23.00 11.00 0.50						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие мак масло растительное	28.75 30.59 12.43 0.50 4.20 9.00	23.00 11.00 0.50 4.20						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие мак масло растительное лимон	28.75 30.59 12.43 0.50 4.20 9.00	23.00 11.00 0.50 4.20 9.00						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие мак масло растительное лимон соль йодированная	28.75 30.59 12.43 0.50 4.20 9.00 0.30	23.00 11.00 0.50 4.20 9.00 0.30						
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие мак масло растительное лимон соль йодированная сахар-песок	28.75 30.59 12.43 0.50 4.20 9.00 0.30 0.50	23.00 11.00 0.50 4.20 9.00 0.30 0.50	90	13.31	7.08	22.56	287.73	
морковь до 01.0125% с 01.01 - 33% яблоки свежие мак масло растительное лимон соль йодированная сахар-песок кунжутное масло	28.75 30.59 12.43 0.50 4.20 9.00 0.30 0.50	23.00 11.00 0.50 4.20 9.00 0.30 0.50	90	13.31 12.75	7.08 5.02	22.56 8.02	287.73 229.74	

чеснок	1.28	1.00						5
соевый соус с/n:		10.00						
соевый соус концентрат	5.00	5.00						
сахар-песок	1.00	1.00					1	
вода питьевая	5.00	5.00						
Соус барбекю:			30	0.56	2.06	10.78	57.99	
яблоко с/м	10.00	10.00						
вода питьевая	6.00	6.00			,			
томатная паста	3.00	3.00						
паприка	0.30	0.30						
паприка копченая	0.30	0.30						
лук репчатый	3.00	3.00						
чеснок	0.77	0.60						
масло растительное	1.20	1.20						
масло сливочное	1.00	1.00			4 9		2	8
лимон	3.42	3.00					8	
соевый соус с/n:		6.00						
соевый соус концентрат	3.00	3.00						
сахар-песок	1.00	1.00						
вода питьевая	3.00	3.00						
Картофель по -деревенски			150	3.80	4.74	43.36	185.36	
картофель 01.09-31.10	299.25							
картофель 01.11-31.12	321.75	225.00						2
картофель 01.01-29.02	346.50	223.00						,
картофель 01.03	375.75							
соль йодированая	0.50	0.50						9
нкамит	0.50	0.50						
розмарин	0.50	0.50						
масло чесночное:		6					1	
чеснок	1.66	1.30						
масло растительное	6.00	6.00						
Чай витаминный с облепихой			200	0.30	0.48	6.51	31.96	
чай черный	1.00	1.00						\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \

8.00	8.00						,
8.00	8.00						
200.00	200.00						
14.00	14.00	14	1.12	0.16	6.72	32.20	
		728	28.19	28.52	111.40	857.67	
		60	1.00	4.72	8.20	82.71	
21.00	20.00						
	20.00						
25.00	20.00						
27.00	20.00						
3.33	3.33						
	10					0	
	10						
7.00	7.00						
1.60	1.60						
3.50	3.50						
0.20	0.20						
		220	7.42	8.48	18.72	202.36	
16.88	12.50						
	10.00						
10.00	10.00						
18.75	15.00						
39.90	30.00						
42.90	30.00						
46.20	30.00						
50.10	30.00						
18.75	15.00						
19.95	15.00						
0.20	0.20					2	
11.90	10.00						
5.00	5.00						
5.00	5.00						
	8.00 200.00 14.00 21.00 20.40 25.00 27.00 3.33 7.00 1.60 3.50 0.20 16.88 10.00 18.75 39.90 42.90 46.20 50.10 18.75 19.95 0.20 11.90 5.00	8.00 8.00 200.00 200.00 14.00 14.00 21.00 20.00 25.00 20.00 27.00 20.00 3.33 3.33 10 10 7.00 7.00 1.60 1.60 3.50 3.50 0.20 0.20 16.88 12.50 10.00 10.00 18.75 15.00 39.90 30.00 46.20 30.00 50.10 30.00 18.75 15.00 19.95 15.00 0.20 0.20 11.90 10.00 5.00 5.00	8.00 8.00 200.00 200.00 14.00 14.00 728 60 21.00 20.00 25.00 20.00 27.00 20.00 3.33 3.33 10 10 7.00 7.00 1.60 1.60 3.50 3.50 0.20 0.20 10.00 10.00 10.00 10.00 10.00 10.00 10.00 30.00 46.20 30.00 46.20 30.00 19.95 15.00 19.95 15.00 11.90 10.00 5.00 5.00	8.00 8.00 200.00 200.00 14.00 14 1.12 728 28.19 60 1.00 21.00 20.00 25.00 20.00 27.00 20.00 3.33 3.33 10 10 7.00 7.00 1.60 1.60 3.50 3.50 0.20 0.20 10.00 10.00 18.75 15.00 39.90 30.00 46.20 30.00 46.20 30.00 19.95 15.00 19.95 15.00 0.20 0.20 11.90 10.00 5.00 5.00	8.00 8.00 200.00 200.00 14.00 14 1.12 0.16 728 28.19 28.52 60 1.00 4.72 21.00 20.00 4.72 25.00 20.00 20.00 27.00 20.00 20.00 3.33 3.33 10 10 10 10 7.00 7.00 1.60 3.50 3.50 3.50 0.20 0.20 220 7.42 8.48 16.88 12.50 10.00 10.00 18.75 15.00 39.90 30.00 42.90 30.00 46.20 30.00 50.10 30.00 18.75 15.00 19.95 15.00 19.95 15.00 0.20 0.20 11.90 10.00 5.00 5.00 5.00	8.00 8.00 200.00 14.00 14.00 14 1.12 0.16 6.72 728 28.19 28.52 111.40 60 1.00 4.72 8.20 21.00 20.40 20.00 <	8.00 8.00 200.00 200.00

сметана	5.00	5.00		4			<u></u>	
Паста с курицей и сулугуни			200	15.75	14.02	49.32	413.54	
Паста:				15.13	14.00	46.15	396.62	
филе куриное	38.50	35.00					1	
макароны	65.00	65.00						
морковь до 01.0125%	25.00	20.00						
c 01.01 - 33%	0.00	20.00						
лук репчатый	23.80	20.00						
масло растительное	13.00	13.00						
или масло сливочное	13.00	13.00						
сыр сулугуни	20.20	20.00						
соус для пасты помадоро:			50	0.62	0.02	3.17	16.92	
томаты с/м	27.00	27.00						
вода питьевая	23.50	23.50						
соль йодированная	0.50	0.50						
сахар-песок	0.50	0.50					à	
орегано	0.20	0.20						
базилик сущеный	0.10	0.10						
чеснок	1.20	1.00						
Напиток виноградный			200	0.18	0.06	11.02	43.38	
виноград с/м	30.00	30.00						
сахар песок	8.00	8.00						
вода питьевая	180.00	180.00						
вода питьевая	200.00	200.00					10	
Хлеб "Николаевский"	26.00	26.00	26	2.08	0.96	12.48	59.80	
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22.00	22.00	22	1.76	0.28	11.66	55.88	
Итого:			1252	47.71	47.82	195.23	1474.17)
Итого за 5 дней			7708	231.00	236.99	1004.98	7049.98	
Средняя за 1 день			1541.64	46.20	47.40	201.00	1410.00	
Итого за 20 дней			27617.20	924.02	948.04	4019.98	28199.97	
Средняя за 1 день			1380.86	46.20	47.40	201.00	1410.00	

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному меню горячий завтрак, обед для детей с 7 до 11 лет (осенний, зимний, весенний период).

-		НАЯ ВЕДОІ	МОСТЬ	к приме	рному 2	0 - ти дн	евном	/ меню	горяч	ий завт				10 11 ле	т (осеі	нний,	зимни	й, вес	енний	і пери	од).	-					
		Норма продуктов в г, мл, нетто на 1		Норма в									Фактическ		о, г*												
Nº	Продукты	обучающегося	Проценты	день, г	<u></u>									Дни											3a 20	Факт в	%
	продукци	(усредненноет) СанПиН 2.3/2.4.3590-20	процента	завтрак,обед (55-60%)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	дней, г	день, г	выполнения
. 1	Хлеб пшеничный *	150	50	75.00	44	62	78	68	36	68	50	80	94	89	80	98	76	85	62	63	68	67	84	66	1418	71	95
2	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)*	80	50	40.00	13	39	54	28	28	61	13	82	26	62	28	51	28	38	14	28	28	41	73	40	762	38	95
3	Мука пшеничная*	15	50	7.50	13		11	4	5	8	9	6	3	9	9	12	9	35	4	5	5	3	2		151	8	101
4	Крупы, бобовые	45	60	27.00	59	58				51	56	55		10	60		65		55	22		55	10		556	28	103
5	Макаронные изделия	15	60	9.00		45	-						45	45		-					50				185	9	103
6	Картофель	187	60	112.20	154	50	100	53	402	275	200	70	50	162	193	45	193	146	193	255	45	132	61	255	3034	152	135
7	Овощи свежие, зелень	280	60	168.00	130	228	187	238	206	70	176	310	252	289	221	363	245	247	106	125	326	150	196	173	4236	212	126
8	Фрукты свежие	185	50	92.50	56	78	80	34	89	90	69	50	80	120	175	198	34	28	92	120	160	60	80	75	1766	88	95
9	Сухофрукты	15	50	7.50	20			22			13	20					24	24				20			143	7	95
10	Caxap	30	50	15.00	22	23	20	17	8	8	16	8	15	19	16	21	17	8	20	14	15	17	8	19	309	15	103
11	Кондитерские изделия	10	50	5.00		15					15								20						50	3	50
12	Какао-порошок	1	50	0.50												3				5					8	0	75
13	Чай	1	50	0.50		1			1	1	1			2				2		1			Ĭ	1	10	0	95
14	Мясо 1-й категории	70	50	35.00	27	34	29	64	128	100	100		68		36		91						Ĭ		677	34	97
15	Птица (цыплята-бройлеры потрошеные - 1 кат)	35	60	21.00	24	64	50	12	73	25		75	50	48	28	11	12	61	98	13	46	50	41	176	956	48	228
16	Рыба (филе)**	58	50	29.00				60								96	52	48			54	126			436	22	96
17	Молоко (массовая доля 2,5;3,2%)***	300	50	150.00	128	100	415	5	132	320	360	230		323	23	205	33	138	248	105		66	23		2852	143	95
18	Кисломолочная пищевая продукция	150	50	75.00		120					120					120		54	100	54			,		568	28	95
19	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	50	50	25.00	77					132				71						105		14	75		474	24	95
20	Сметана	10	60	6.00	4	5			5					45		5	i i	4		40	5			5	118	6	98
21	Сыр	10	50	5.00		3	5				5			8				10	6	20	20			20	96	5	96
22	Масло сливочное	30	50	15.00	12	17	19	5	11	10	17	20	12	17	16	15	12	11	12	5	17	18	20	19	284	14	95
23	Масло растительное	15	60	9.00	5	6	3	23	17	6	15	10	2	17	7	9	12	9	9	10	5	6	7		179	9	99
24	Яйцо	1	60	10.00	13		2	8		11		48			5	57		20		13		4	17		199	10	99
25	Дрожжи хлебопекарные	0.2	60	0.12												G I									0	0	0
26	Крахмал	3	60	1.80	1					1						1.00			1	1					4	0	10
27	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	60	120.00								9				.5										0	0
	Кофейный напиток	2	60	1.20															3	0.5					0	0	0
	Специи	2	60	1.20	0.5	0.3	1	1	1.0	1	1	1	1	0		1	1	1	. 1	0	0		0.3	1	10	1	43
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	60	1.80	2.8	2.9	1.8	3.8	1.0	3.0	2.0	1.3	1.6	1.9	2.0	1.1	2.0	1.8	1.4	1.5	2.0	1.4	1.2	1.4	38	2	105

^{*}Тесто слоеное посчитано к норме хлеба ржаного и пшеничного в 2,8,14 днях.

^{**}Говядина просчитана к норме потебления рыбы в 6.7 дне

^{***}Яйцо просчитана к норме потебления молока в 8,12 днях

^{*****}Говядина просчитана к норме потебления печени говяжьей в 9,19 днях

^{*****}Говядина просчитана к норме потебления творога в 6,10,16,18,19 днях

^{******}Мясо птицы просчитано к норме потебления говядины в 5 дне

1 день	выход	2 день	выход	3 день	выход	4 день	выход	5 день	выход	6 день	выход	7 день	выход	8 день	выход	9 день	выход	10 день	выход
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Каша пшено-кукурузная с медом и клубникой	200	Паста с курицей и сулугуни	200	Сырный крем-суп с гренками	250	Салат "Коул-слоул"	70	Свежий салат из моркови и яблок	60	Овсяная каша с манго	200	Гранола с ягодным соусом	180	Ситник с инжиром	50	Закуска из свежих огурцов	60	Закуска из квашенной капусты	80
Сырники творожные с ягодным соусом	150	Гранола с манго	180	Ситник с инжиром	50	Булгур отварной	150	Крылья куринные барбекю	90	Сырники творожные со соусом ягодным	150	Фрикассе из курицы	90	Скрембл с курицей	150	Болонье зе	90	Мясо по-Сибирски	90
Напиток "Манго-абрикос"	200	Напиток клубничный	200	Напиток "Смородина-яблоко"	200	Рыбный фишболл	90	Картофель по -деревенски	150	Напиток сливовый	200	Кус-кус	150	Салат из капусты со свеклой	100	Макароны отварные	150	Картофельное пюре	150
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22	Хлеб "Николаевский"	13	Хлеб "Николаевский"	26	Соус красный с овощами :	50	Чай с чебрецом	200	Хлеб "Николаевский"	13	Напиток "Витаминный" из шиповника	18	Напиток "Витаминный" сухофрукты	200	Компот из смородины	200	Чай витаминный с облепихой	200
						Напиток виноградный	200					Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32	Хлеб "Николаевский"	26
						Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18												
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	Ī	ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Овощной салат с кус-кусом	60	Закуска из свежих огурцов	60	Салат с томатами и гренками	60	Салат из капусты с томатом	60	Салат из стручковой фасоли	60	Салат "Витаминка"	60	Салат "Коуп-слоул"	70	Закуска из квашенной капусты	80	Карпачо из овощей	60	Овощной салат с кус-кусом	60
Борщ с птицей и сметаной	220	Суп картофельный с крупой	220	Щи "Невские"	220	Суп -лапша с птицей	220	Рассольник Ленинградский со сметаной	220	Уха рыбацкая	220	Сырный суп на курином бульоне с гренками	250	Суп овощной	220	Суп гороховый с гренками и мясом	230	Куриный суп с гречкой	220
Митболл в овсяной панировке	90	Гречка по-купечески	200	Фрикассе из курицы	90	Плов с мясом	200	Картофельное шоре	150	Крылья куринные барбекю	90	Жаркое по-домашнему	200	Курица в азнатском стиле	90	Asy	90	Паста с курицей и сулугуни	200
Картофельное тюре	150	Чай витаминный с облепихой	200	Кус-кус	150	Напиток "Витаминный" из шиповника	200	Венгерский гуляш	90	Картофель по -деревенски	150	Чай "Витаминнизированный"	200	Булгур отварной	150	Гречка рассыпчатая	150	Напиток виноградный	200
Напиток "Витаминный" сухофрукты	200	Хлеб "Николаевский"	26	Напиток клубничный	200	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Напиток из смородины	200	Чай с чебрецом	200	Хлеб "Николаевский"	200	Напиток клубничный	200	Напиток "Манго-абрикос"	200	Хлеб "Николаевский"	26
Хлеб "Николаевский"	13	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18			Хлеб "Николаевский"	22	Хлеб "Николаевский"	26	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	24
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22			Хлеб "Николаевский"	28			Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Николаевский"	28			Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22		

11 день	выход	12 день	выход	13 день	выход	14 день	выход	15 день	выход	16 день	выход	17 день	выход	18 день	выход	19 день	выход	20 день	выход
Завтрак		Завтрак	ĺ	Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
Фрукт в ассортименте	100	Карпачо из овощей	60	Закуска из свежих огурцов	60	Рыбный киш с брокколи	140	Гранола с ягодным соусом	160	Бутерброд с моцареллой	50	Закуска из квашенной капусты	80	Салат из капусты с томатом	60			Салат "Коул-слоул"	70
Гречка по-купечески	200	Шакшука	170	Митболл в овсяной панировке	90	Крем суп-Минестроне	250	Курица в азнатском стиле	90.00	Творожная запеканка с ягодным соусом	130	Венгерский гуляш	90	Крабовый фишболл	130	Гречка по-купечески	240	Крылья куринные барбекю	90
Салат овощной с зеленым горошком	60	Шоколадный трайфл	180	Картофельное пюре	150	Чай витаминный с шиповником	200	Булгур отварной	150.00	Какао с маршмеллоу	200	Кус-кус	150	Картофельное пюре	150	Ситник с инжиром	50	Картофель по -деревенски	150
Напиток клубничный	200	Напиток "Смородина-яблоко"	200	Напиток сливовый	200	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22	Напиток "Манго - абрикос"	200.00	Фрукт в ассортименте	120	Напиток виноградный	200	Напиток "Витаминный" сухофрукты	200	Напиток "Смородина-яблоко"	200	Чай витаминный с облепихой	200
Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32	4:		Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00			Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	32	Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Николаевский"	13	Хлеб "Николаевский"	14
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Свежий салат из моркови и яблок	60	Салат из стручковой фасоли	60	Салат из капусты с томатом	60	Салат с томатами, сыром и гренками	60	Салат "Коул-споул"	60	Закуска из свежих огурцов	60	Карпачо из овощей	60	Салат из стручковой фасоли	60	Салат с томатами и гренками	60	Овощной салат с кус-кусом	60
Суп -лапша с птицей	220	Рассольник Ленинградский со сметаной	220	Финская уха	220	Борщ с птицей и сметаной	220	Сырный суп на курином бульоне с гренками	220	Щи "Невские" с птицей	220	Рассольник Ленинградский со сметаной	220	Суп гороховый с гренками и мясом	230	Суп -лапша с птицей	220	Куриный суп с гречкой	220
Митболл в овсяной панировке	90	Булгур отварной	150	Плов с мясом	200	Фрикассе из курицы	90	Жаркое по-домашнему	200	Мясо по-Сибирски	90	Паста с курицей и сулугуни	200	Азу	90	Митболл в овсяной панировке	90	Паста с курицей и сулугуни	200
Картофельное пюре	150	Рыбный фишболл	90	Напиток из сухофруктов	200	Кус-кус	150	Напиток виноградный	200	Картофель по -деревенски	150	Напиток "Маног-абрикос"	200	Рис отварной	150	Картофельное пюре	150	Напиток виноградный	200
Компот из смородины	200	Соус красный с овощами :	50	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	36	Чай витаминный с облепихой	200	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Чай с чебрецом	200	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	36	Напиток сливовый	200	Напиток клубничный	200	Хлеб "Николаевский"	26
Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22	Напиток клубничный	200	Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Николаевский"	14	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Николаевский"	28	Хлеб "Николаевский"	13	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18	Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	22
		Хлеб "Николаевский"	13			Хлеб "Николаевский"	28			Хлеб "Николаевский"	28			Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18				
		Хлеб "Пшеничный" витаминизированный	18.00																
																() (2)			
																ĵ.			