

ООО «НИКА»

«Утверждено»

ООО «Ника»



/А.П. Теплоухов/

«01» Марта 2022 г.

«Согласовано»

Директор МАОУ «Гимназия №1»

Г. Перми



/О.Ю. Казанцева/

«01» Марта 2022 г.

## Примерное десятидневное меню

### для организации питания детей от 1-3 лет на весенне-летний период в дошкольных образовательных организациях

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Издательство: ЗАО «Уральский региональный центр питания» ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 6-е издание, переработанное и дополненное, Пермь 2012 г.
- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутьяна. Издательство: Москва, ООО «Дели плюс», 2016 г.; разработан и подготовлен ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»; ФГБНУ «НИИ питания». СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.02.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».



**Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней**  
**Подразделение: Примерное Меню (1-3 года)**

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в НЕТТО по дням на одного питающегося, г(мл)										В среднем в день, г(мл)	Норма в день, г(мл)	Отклонение от нормы, %
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день			
Дрожжи хлебопекарные	0,50		0,80		0,77		0,70		0,80	0,50	0,41	0,40	1,8
Какао-порошек				2,70					2,30		0,50	0,50	0,0
Картофель	69,00	80,00	123,60	131,40	58,80	180,90	168,00	192,70	157,60	96,80	125,88	120,00	4,9
Кондитерские изделия		8,00		25,00	25,00	30,00	8,00	10,00		8,00	11,40	12,00	-5,0
Кофейный напиток	1,70		1,70		1,70		1,80	1,70		1,70	1,03	1,00	3,0
Крупы (злаки), бобовые	45,60	7,80	33,60	32,60	33,70	33,30	7,80	42,30	27,70	43,10	30,75	30,00	2,5
Макаронные изделия			40,80			35,80					7,66	8,00	-4,3
Масло коровье сладкосливочное	22,89	16,70	14,85	15,80	21,30	16,04	22,70	17,36	20,58	19,51	18,77	18,00	4,3
Масло растительное	12,70	9,70	17,90		11,55	9,00	7,10	9,30	7,60	7,40	9,23	9,00	2,5
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	415,00	356,20	320,00	416,20	392,20	432,30	302,90	399,00	404,10	309,40	374,73	390,00	-3,9
Мука картофельная (крахмал)	6,70			6,70				6,70			2,01	2,00	0,5
Мука пшеничная хлебопекарная	35,69	12,70	33,45		23,57	14,94	26,60	24,76	36,58	33,46	24,18	25,00	-3,3
Мясо говядина 1кат.(бескостное/на кости)	88,00	52,00			43,00	20,00	119,70	129,70	49,00		50,14	50,00	0,3
Овощи, зелень	190,10	227,90	146,30	106,00	257,60	129,90	143,30	141,60	332,60	143,59	181,89	180,00	1,0
Печень (Субпродукты)			73,50			51,80			72,80		19,81	20,00	-1,0
Птица (куры 1 кат.потр/цыплята-бр.индейка)		37,00	65,80		44,50	19,00				37,10	20,34	20,00	1,7
Рыба(филе) в т.ч. филе слабо- или малосоленое	90,00		30,80	64,00				90,00		30,80	30,56	32,00	-4,5
Сахар	28,30	28,90	20,10	24,90	21,02	21,50	32,30	26,70	27,70	28,64	26,01	25,00	4,0
Сметана с м.д.ж.не более 15%	12,50	5,20	14,10	10,00	7,20		14,90	7,20	9,80	10,00	9,09	9,00	1,0
Соки фруктовые (овощные)	200,00		200,00		200,00			200,00		200,00	100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	3,80	3,83	3,30	1,90	2,69	2,90	2,90	3,60	2,90	3,14	3,10	3,00	3,2
Сыр неострых сортов (твердый, мягкий, плавленный)	10,00		10,00			10,00		10,00			4,00	4,00	0,0
Творог, творожн. изд. с м.д.ж.не менее 5%		70,20		87,40			70,20			87,40	31,52	30,00	5,1
Фрукты (плоды) свежие	38,40	130,00	15,00	242,00	58,00	130,00	167,00	15,00	130,00	37,00	96,24	95,00	1,3
Фрукты (плоды) сухие		15,00	15,00	13,00		15,00			15,00	13,00	8,60	9,00	-4,4
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	90,75	114,40	40,00	75,20	46,10	49,25	65,20	22,20	49,10	69,30	62,15	60,00	3,6
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,00	20,00	40,00	20,00	40,00	40,00	40,00	60,00	60,00	60,00	40,00	40,00	0,0
Чай, включая фиточай	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,0
Яйцо куриное диетическое	14,80	107,20	19,40	19,10	21,95	23,30	108,00	19,40	25,80	23,30	38,23	40,00	-4,4

**Итого в среднем на одного питающегося:**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
60,45	53,85	215,45	1675,75
<b>Пищевые вещества</b>			
Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг
3240,99	2608,43	781,83	230,59
<b>Минеральные вещества</b>			
А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
1899,47	0,81	1,61	9,21
<b>Витамины</b>			
		Фосфор, мг	Железо, мг
		1056,96	13,38
		С, мг	
		107,92	



"Утверждаю"

\_\_\_\_ //

ООО "Ника"

День 1

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И/Б (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,74	4,97	25,76	171,31	0,12	0,15	1,07	28,5	128,57	189,82	28,33	0,71
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)*	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12
Итого по подменю:			12,43	9,99	53,04	352,96	0,18	0,32	2,25	68,5	324,75	338,32	47,83	1,16

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200				92,00								
Итого по подменю:						92,00								

ОБЕД

59 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ,	40	0,43	4,08	2,21	47,27	0,01	0,01	7,64		12,22	8,08	4,68	0,48
176 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ*	180/10	3,46	3,97	16,91	118,48	0,08	0,09	13,49	19,8	58,70	70,42	22,58	0,74
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,*	50	9,76	9,13	7,81	152,87	0,04	0,09	0,15	16,3	22,25	98,79	12,51	4,57
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ,.	110	0,32	3,75	1,70	149,48	0,01	0,02	1,65	18,0	19,60	16,26	6,45	0,27
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)	150	0,08	0,03	16,97	68,45			2,25		5,12	6,81	2,25	0,12
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			17,21	21,28	64,04	627,99	0,19	0,23	25,18	54,1	127,18	237,74	57,02	7,11

ПОЛДНИК

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.	160	6,40	2,40	22,88	138,72	0,05	0,24	0,96	16,0	198,40	152,00	24,00	0,16
541 СБ 2021Г	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (СБ 2021),	40	3,22	3,69	23,29	139,23	0,05	0,03		17,8	8,32	29,71	4,82	0,41
Итого по подменю:			9,62	6,09	46,17	277,95	0,10	0,27	0,96	33,8	206,72	181,71	28,82	0,57

УЖИН



№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
133 СБ 2012Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ,,	50	0,97	4,05	5,77	63,39	0,02	0,03	7,25			18,10	25,58	12,49	0,74
346 СБ 2012Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ,	70	17,83	8,58	5,81	172,14	0,14	0,24	1,09	76,6		111,41	290,89	59,05	1,20
210 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ,,	110	2,33	7,83	12,75	131,13	0,09	0,08	22,27	28,0		37,86	63,17	25,04	0,85
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018).	170/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,89			11,89	8,97	4,80	0,81
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			22,77	20,67	43,10	451,19	0,27	0,36	33,50	104,6	183,26	401,61	104,18	237,85	12,66
Итого за день: 0,00 руб.			62,03	58,03	206,35	1802,09	0,74	1,18	61,89	261,0	841,91	1159,38	237,85	12,66	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	29,60	21,26	26,13	25,21
Второй завтрак (5%)	40,98	45,28	31,55	6,57
Обед (35%)	22,90	12,96	22,74	44,85
Полдник (15%)	54,21	43,98	21,23	19,85
Ужин (20%)	147,69	123,47	101,65	32,23
Итого за день (85 - 105%)				128,72

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,3

Директор Титов /Теплоухов А.П./ Зав. производством Мельникова А.А./ // Калькулятор Мельникова А.А./



"Утверждаю"

\_\_\_\_\_ //

ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

День 2

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ 2021)	150	14,47	19,62	3,62	249,36	0,10	0,54	0,78	282,0	131,88	248,25	20,62	2,60
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,68	9,0	63,23	47,93	10,26	0,82
Итого по подменю:			17,47	25,16	29,83	416,19	0,14	0,62	1,46	311,0	200,11	310,68	33,48	3,67

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	ЯБЛОКИ.	ШТ	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

ОБЕД

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
163 СБ 2012Г	СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ,	25/200	7,87	5,38	14,68	138,84	0,11	0,08	18,81	5,0	21,41	63,16	24,52	0,98
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	50	8,02	6,37	4,99	109,91	0,05	0,08	0,91	17,3	29,74	78,20	10,55	0,65
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ *	120	2,88	4,63	12,36	102,69	0,05	0,07	62,97	21,6	78,19	54,76	27,51	1,07
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА..	150	0,35	0,08	21,05	86,25	0,02	0,01			12,34	19,35	6,30	0,48
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			21,02	16,62	62,68	486,29	0,27	0,26	84,19	43,9	153,87	247,05	78,83	4,07

ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
274 СБ 2004	БАРАНКИ	ШТ	4,16	0,52	25,68	124,40	0,09	0,03			11,20	45,60	17,60	1,04
Итого по подменю:			9,96	5,52	35,28	232,40	0,17	0,33	2,60	40,0	251,20	225,60	45,60	1,24

УЖИН

109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04		4,92	13,72	3,16	0,34
-----------------	----------------------------------	------	------	------	-------	-------	------	------	------	--	------	-------	------	------







День 3

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-й ВАРИАНТ),,	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
284 СБ 2012Г	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ПШЕНО С ЯБЛОКАМИ)	150	6,31	9,15	29,60	226,59	0,17	0,16	2,69	51,0	125,21	157,95	39,33	1,27
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)*	170	1,23	1,07	14,76	73,97	0,02	0,06	0,55	8,5	51,38	38,25	5,95	0,08
Итого по подменю:			11,76	13,11	54,84	385,29	0,22	0,26	3,31	82,5	270,39	268,20	52,88	1,68

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ГРУШЕВЫЙ	200				92,00								
Итого по подменю:						92,00								

**ОБЕД**

9 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(СБ 2021).	50	0,80	3,05	4,12	47,10	0,01	0,01	12,65		21,07	15,52	7,18	0,29
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	1,57	2,50	12,35	78,38	0,08	0,05	13,29	10,8	17,69	47,62	20,02	0,68
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ..	50/30	13,63	11,99	4,97	182,31	0,23	1,63	24,30	6052,5	30,87	243,04	15,21	5,20
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,6	16,41	38,62	6,97	0,72
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			22,43	22,67	75,51	596,98	0,42	1,73	50,54	6084,9	108,21	380,73	59,63	8,52

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	СНЕЖОК	150	4,05	1,50	1,05	103,50	0,05	0,20	2,40		163,50	127,50	19,50	0,15
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.,	50	4,81	2,08	24,61	136,43	0,07	0,06	0,01	28,1	15,32	51,07	7,00	0,67
Итого по подменю:			8,86	3,58	25,66	239,93	0,12	0,26	2,41	28,1	178,82	178,57	26,50	0,82

**УЖИН**

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,83	6,05	4,84	77,08	0,01	0,02	5,43		20,52	23,64	11,97	0,76
----------------	----------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------



N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
417 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ..	160	14,31	16,33	14,86	263,98	0,11	0,07	17,29				14,98	58,77	25,26	0,90
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,09	0,94	13,03	65,16	0,02	0,06	0,56	7,5			52,69	39,94	8,55	0,69
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01					5,29	24,38	5,75	0,71

Итого по подмену:

Итого за день: 0,00 руб. 19,39 23,64 51,17 497,66 0,19 0,17 23,28 7,5 97,48 159,73 54,33 3,28  
 62,44 63,00 207,18 1811,86 0,95 2,42 79,54 6203,0 654,90 987,23 193,34 14,30

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	28,00	27,89	27,01	27,52
Второй завтрак (5%)	53,40	48,23	37,20	6,57
Обед (35%)	21,10	7,62	12,64	42,63
Полдник (15%)	46,17	50,30	25,21	17,14
Ужин (20%)				35,54
Итого за день (85 - 105%)	148,67	134,04	102,06	129,40

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,3

Директор Тит

Теплоухов А.П. /Зав. производством

//

Калькулятор Мель

/Мельникова А.А./



Примерное Меню (1-3 года)

День 4

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
283 СБ 2012Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,20	5,50	25,06	167,15	0,05	0,15	1,15	32,5	111,26	115,86	24,07	0,36
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ),	180	3,27	2,66	22,56	127,83	0,04	0,14	1,17	18,0	112,00	98,69	24,08	0,74
Итого по подменю:			11,69	11,05	58,10	379,71	0,12	0,33	2,39	73,5	317,06	286,55	55,75	1,43

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

126 СБ 2012Г	АПЕЛЬСИНЫ	ШТ	1,98	0,44	17,82	83,16	0,09	0,07	132,00		74,80	50,60	28,60	0,66
Итого по подменю:			1,98	0,44	17,82	83,16	0,09	0,07	132,00		74,80	50,60	28,60	0,66

**ОБЕД**

120 СБ 2012Г	ПОМИДОР СВЕЖИЙ*	50													
157 СБ 2012Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,80	3,36	9,05	73,83	0,07	0,06	19,68	23,0	31,73	47,48	18,80	0,66	
356 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ:	80	12,32	2,88	7,82	107,31	0,10	0,12	0,47	27,0	45,10	183,26	39,47	0,81	
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,	110	2,35	4,91	15,89	117,44	0,12	0,10	18,70	23,3	33,18	70,54	23,74	0,88	
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)	150	0,16	0,06	17,51	72,26	0,01	0,01	30,00		8,42	10,11	4,65	0,23	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			18,21	11,33	59,19	415,08	0,33	0,30	68,85	73,3	123,72	335,77	92,41	3,29	

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	1ШТ	0,85	1,13	6,97	41,45	0,01	0,01		6,5	4,50	8,70	15,80	0,10
Итого по подменю:			6,07	5,63	14,17	131,63	0,08	0,32	1,26	42,5	220,50	170,70	41,00	0,28

**УЖИН**

73 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-й ВАР.2021)**	20/15	1,72	0,28	20,23	90,24	0,02	0,01	0,08		5,90	14,35	3,65	0,44
----------------	---	-------	------	------	-------	-------	------	------	------	--	------	-------	------	------



N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ,	130	24,27	4,93	31,57	267,78	0,08	0,31	0,20	58,6	136,81	223,43	32,02	1,11	
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕНОЕ	30	2,16	2,55	16,80	98,79	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06	
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33					11,89	8,97	4,80	0,81	
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
Итого по подменю:			29,87	8,05	88,33	545,14	0,14	0,38	3,47	66,1	253,50	328,45	53,27	2,66	
Итого за день: 0,00 руб.			67,82	36,50	237,61	1554,72	0,76	1,40	207,97	255,5	989,58	1172,07	271,03	8,32	

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	27,83	23,51	28,62	27,12
Второй завтрак (5%)	4,71	0,94	8,78	5,94
Обед (35%)	43,36	58,00	29,16	39,90
Полдник (15%)	14,45	11,98	6,98	9,40
Ужин (20%)	71,12	17,13	43,51	38,94
Итого за день (85 - 105%)	161,48	111,55	117,05	121,30

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,5

Директор Титов /Теплоухов А.П./ Зав. производством \_\_\_\_\_ // Калькулятор Мельникова А.А./



ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

День 5

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg

**ЗАВТРАК**

107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.	170	6,15	7,68	25,33	195,76	0,16	0,18	1,30	37,2	137,72	178,02	47,99	1,09
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)*	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12
Итого по подменю:			10,31	14,22	52,65	381,07	0,21	0,32	2,41	74,2	245,10	269,02	62,49	1,46

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200				92,00								
Итого по подменю:						92,00								

**ОБЕД**

129 СБ 2012Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМ/ПРОИЗВОДСТВА).	50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,02	0,02	4,80		16,00	15,00	6,50	0,40
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,49	4,80	9,24	86,26	0,04	0,05	14,42	10,8	32,93	40,74	18,21	0,83
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,*	50	9,76	9,13	7,81	152,87	0,04	0,09	0,15	16,3	22,25	98,79	12,51	4,57
263 СБ 2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ..	110	3,49	5,45	15,74	125,96	0,18	0,09	2,97	33,0	10,23	125,40	82,50	2,78
488 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯБЛОК,(2018)	150	0,38	0,17	12,66	53,71	0,02	0,02	20,80		14,91	9,98	6,42	0,73
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			17,30	22,02	58,22	502,04	0,33	0,28	43,14	60,1	101,61	314,29	131,89	10,02

**ПОЛДНИК**

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
530 СБ 2021Г	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)	50	2,85	6,08	34,21	202,93	0,05	0,03	0,13	4,8	10,28	28,56	6,03	0,68
Итого по подменю:			8,07	10,58	42,85	300,13	0,12	0,30	2,47	40,8	226,28	190,56	31,23	0,86

**УЖИН**

24 СБ 2016Г	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ	60	1,01	2,59	7,56	57,60	0,06	0,04	10,95		10,77	29,75	12,34	0,49
-------------	-------------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	-------	--	-------	-------	-------	------



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
22 СБ 012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	60	9,65	7,66	6,02	132,28	0,06	0,09	1,09	20,8		35,76	94,08	12,69	0,79
35 СБ 012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,*	110	2,64	4,28	11,35	94,58	0,05	0,06	57,73	20,0		66,30	49,14	24,90	0,93
57 СБ 018Г	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180			9,04	36,17			0,09			9,09	7,43	3,96	0,77
23 СБ 012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71

Итого по подменю:

14,88 14,65 42,89 364,87 0,20 0,20 69,86 40,8 127,21 204,78 59,64 3,69


Итого за день: 0,00 руб.

50,56 61,47 196,61 1640,11 0,86 1,10 117,88 216,1 700,20 978,65 285,25 16,03


Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	24,55	30,26	25,94	27,22
Второй завтрак (5 %)				6,57
Обед (35 %)	41,19	43,02	28,68	34,70
Полдник (15 %)	19,21	22,51	21,11	21,44
Ужин (20 %)	35,45	31,11	21,13	26,04
Итого за день.(85 - 105 %)	120,40	126,89	96,86	115,97

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:3,9

Директор  /Теплоухов А.П./

Зав. производством //

Калькулятор  /Мельникова А.А./



Примерное Меню (1-3 года)

День 6

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ)..	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,74	4,97	25,76	171,31	0,12	0,15	1,07	28,5	128,57	189,82	28,33	0,71
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ(1-Й ВАРИАНТ)	170	1,23	1,06	14,82	74,08	0,02	0,06	0,64	8,5	59,71	45,26	9,69	0,78
Итого по подменю:			11,19	8,92	51,06	330,12	0,17	0,25	1,78	60,0	282,08	307,08	45,62	1,82

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	ЯБЛОКИ.	ШТ	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

ОБЕД

120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,	50													
174 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ..	180/10	4,96	5,04	25,05	166,85	0,14	0,16	15,40	27,0	88,43	114,85	29,53	0,96	
347 СБ 2021Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	50	8,89	7,39	6,99	130,55	0,04	0,08	0,51	9,6	18,53	82,64	10,62	4,69	
433 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120	4,47	5,46	27,19	175,92	0,08	0,04	4,47	24,0	21,80	51,41	14,55	0,87	
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			20,23	18,03	84,49	584,35	0,29	0,30	20,68	60,6	150,93	284,83	64,95	8,15	

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА..	180	5,22	7,20	7,20	114,48	0,04	0,23	0,54	54,0	223,20	165,60	25,20	0,18
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ	1ШТ	1,17	9,18	18,75	162,30	0,02	0,01		1,8	2,40	12,60	1,80	0,18
Итого по подменю:			6,39	16,38	25,95	276,78	0,06	0,24	0,54	55,8	225,60	178,20	27,00	0,36

УЖИН

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.	50	0,69	5,04	4,02	64,16	0,01	0,02	4,52		17,01	19,65	9,96	0,63
----------------	-----------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	------	------



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
397 СБ 2012Г	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ	70	11,61	6,72	4,61	125,54	0,17	1,22	17,31	4301,9	33,32	205,34	13,51	3,95
438 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ:	110	2,18	5,43	17,75	128,81	0,13	0,08	21,78		14,94	64,09	25,29	1,01
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,09	0,94	13,03	65,16	0,02	0,06	0,56	7,5	52,69	39,94	8,55	0,69
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			17,15	18,25	48,33	427,91	0,36	1,39	44,17	4309,4	123,25	353,40	63,06	6,99
Итого за день: 0,00 руб.			55,48	62,10	222,57	1676,88	0,91	2,20	77,17	4485,8	797,86	1134,51	209,63	19,52

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	26,64	18,98	25,15	23,58
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	48,17	38,36	41,62	41,73
Полдник (15 %)	15,21	34,85	12,78	19,77
Ужин (20 %)	40,83	38,83	23,81	30,55
Итого за день (85 - 105 %)	132,10	132,13	109,64	119,75

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,1:4,0

Директор Теплоухое А.П. /Зав. производством / /

Калькулятор Мельникова А.А.



Примерное Меню (1-3 года)

День 7

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
108 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ (2-Й ВАР.)	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		29,5	4,40	13,95	2,60	0,25
311 СБ 2012Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,88	21,52	3,61	264,09	0,09	0,52	0,77	294,1	130,14	240,58	19,99	2,49
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,64	78,32	0,02	0,07	0,59	9,0	54,41	40,50	6,30	0,09
Итого по подменю:			16,88	27,06	29,77	430,80	0,13	0,60	1,36	332,6	188,95	295,03	28,89	2,83

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	МАНДАРИН.	ШТ	1,04	0,26	9,75	45,50	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08
Итого по подменю:			1,04	0,26	9,75	45,50	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08

ОБЕД

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,01	2,50		11,50	12,00	7,00	0,30
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,54	3,03	6,88	61,11	0,05	0,05	23,03	10,8	35,98	39,25	16,98	0,60
328 СБ 2021Г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СБ 2021).	180	4,02	5,18	30,86	186,49	0,23	0,14	39,33	31,8	25,05	113,84	45,49	1,85
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	14,12	58,03	0,01	0,01	3,00		5,14	3,30	2,70	0,69
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			9,24	8,62	70,55	399,56	0,33	0,22	67,86	42,6	82,96	192,77	77,92	4,15

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР*	160	4,64	4,00	6,40	80,16	0,06	0,27	1,12	32,0	192,00	144,00	22,40	0,16
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.	40	3,84	1,69	19,58	108,86	0,05	0,05	0,01	22,5	12,17	40,68	5,57	0,53
Итого по подменю:			8,48	5,69	25,98	189,02	0,11	0,32	1,13	54,5	204,17	184,68	27,97	0,69

УЖИН

109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04		4,92	13,72	3,16	0,34
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.,	130	18,42	7,72	31,51	269,64	0,07	0,26	1,63	32,5	128,08	180,13	31,46	0,67



N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г		Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж		У	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
369 СБ 2016	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ.	30	0,58	1,46	4,03	31,74	0,01	0,02	0,20	10,6	18,46	14,87	2,31	0,04
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90		13,05	9,79	5,24	0,91
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			22,33	9,67	75,99	481,82	0,12	0,30	4,77	43,1	168,51	231,51	44,97	2,18

Итого за день: 0,00 руб. 57,97 51,30 212,04 1546,70 0,74 1,46 105,52 472,9 672,59 917,59 188,55 9,93

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	40,19	57,57	14,67	30,77
Второй завтрак (5%)	2,48	0,55	4,80	3,25
Обед (35%)	22,00	18,34	34,75	28,51
Полдник (15%)	20,19	12,11	12,80	13,50
Ужин (20%)	53,17	20,57	37,43	34,42
Итого за день (85 - 105%)	138,02	109,15	104,45	110,45

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,7

Директор Троф /Теплоухов А.П./ Зав. производством Мель // Калькулятор Мель /Мельникова А.А./



"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

День 8

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
279 СБ 2012Г	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	5,49	5,29	27,90	181,70	0,12	0,15	0,98	29,8	105,21	147,36	28,63	1,43
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)*	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12
Итого по подменю:			12,18	10,31	55,18	363,35	0,18	0,32	2,16	69,8	301,39	295,86	48,13	1,88
532 СБ 2012Г	СОК ГРУШЕВЫЙ	200				92,00								

2-ОЙ ЗАВТРАК

Итого по подменю: 92,00

ОБЕД

82 СБ 2012Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ..	50	1,39	3,58	5,12	58,36	0,05	0,05	5,98	10,0	9,55	32,99	12,23	0,45
146 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ,	180	1,82	3,14	11,05	80,01	0,08	0,06	19,62	10,8	26,73	51,52	21,05	0,77
346 СБ 2012Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ,	70	17,83	8,58	5,81	172,14	0,14	0,24	1,09	76,6	111,41	290,89	59,05	1,20
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ.,	110	0,32	3,75	1,70	149,48	0,01	0,02	1,65	18,0	19,60	16,26	6,45	0,27
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)	150	0,16	0,06	17,51	72,26	0,01	0,01	30,00		8,42	10,11	4,65	0,23
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			24,68	19,35	59,03	620,73	0,32	0,39	58,34	115,4	181,00	426,15	109,18	3,63

ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ**	190	5,51	4,75	9,12	102,60	0,08	0,29	2,47	38,0	228,00	171,00	26,60	0,19
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	1ШТ	0,85	1,13	6,97	41,45	0,01	0,01			4,50	8,70	15,80	0,10
Итого по подменю:			6,36	5,88	16,09	144,05	0,09	0,30	2,47	44,5	232,50	179,70	42,40	0,29

УЖИН

60 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,87	3,06	5,12	51,42	0,01	0,02	5,82		21,53	25,09	12,80	0,82
----------------	--------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------



N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
334 СБ 2021г.	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ(2021).	150	2,91	4,82	20,07	135,58	0,14	0,10	23,24	25,7	15,95	74,56	27,24	1,15
457 СБ 2018г	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180			9,04	36,17			0,09		9,09	7,43	3,96	0,77
123 СБ 2012г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			5,36	8,00	43,15	267,41	0,18	0,13	29,15	25,7	51,86	131,46	49,75	3,45
Итого за день: 0,00 руб.			48,58	43,54	173,45	1487,54	0,77	1,14	92,12	255,4	766,75	1033,17	249,46	9,25

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	29,00	21,94	27,18	25,95
Второй завтрак (5 %)	58,76	41,17	29,08	6,57
Обед (35 %)	15,14	12,51	7,93	44,33
Полдник (15 %)	12,76	17,02	21,26	10,29
Ужин (20 %)				19,09
Итого за день (85 - 105 %)	115,67	92,64	85,44	106,23

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:3,6

Директор Тюф /Теплоухов А.П./ Зав. производством \_\_\_\_\_ // Калькулятор Мель /Мельникова А.А./



"Утверждаю"

\_\_\_\_\_ //

ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

День 9

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
277 СБ 2012Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ).	180	5,64	6,32	28,62	194,64	0,07	0,13	1,03	30,7	103,23	92,75	15,42	0,35
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	150	2,73	2,22	18,80	106,66	0,03	0,12	0,98	15,0	93,39	82,57	20,28	0,63
Итого по подменю:			10,06	12,95	57,94	389,69	0,12	0,26	2,01	65,7	201,62	189,82	38,30	1,23

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	ЯБЛОКИ.	ШТ	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

ОБЕД

120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,	50												
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК..	180	1,63	1,95	12,36	73,66	0,06	0,05	13,09	9,9	41,64	52,04	23,02	1,19
399 СБ 2012Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.	70	10,17	10,70	6,25	162,26	0,05	0,08	2,31	15,4	25,08	114,54	15,95	1,70
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,*	120	2,88	4,63	12,36	102,69	0,05	0,07	62,97	21,6	78,19	54,76	27,51	1,07
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			18,17	17,62	65,75	496,84	0,21	0,23	78,67	46,9	171,08	270,27	79,53	5,81

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	СНЕЖОК	150	4,05	1,50	1,05	103,50	0,05	0,20	2,40		163,50	127,50	19,50	0,15
567 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	50	5,54	5,92	29,64	194,15	0,11	0,11	7,13	38,8	42,13	83,08	17,19	0,90

Итого по подменю:

9,59 7,42 30,69 297,65 0,16 0,31 9,53 38,8 205,63 210,58 36,69 1,05

УЖИН



N реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
133 СБ 2012Г	ИКРА МОРКОВНАЯ.*	50	0,88	4,05	5,00	60,50	0,04	0,04	5,31			14,11	29,84	18,39	0,47	
359 СБ 2021Г	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ(СБ 2021)	70	13,97	9,60	7,55	172,41	0,23	1,62	24,08	5999,3		25,43	243,77	15,37	5,14	
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,	110	2,35	4,91	15,89	117,44	0,12	0,10	18,70	23,3		33,18	70,54	23,74	0,88	
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,68	9,0		63,23	47,93	10,26	0,82	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			21,67	19,93	61,97	517,27	0,44	1,84	48,77	6031,6		141,24	416,46	73,51	8,02	
Итого за день: 0,00 руб.			60,01	58,44	229,09	1759,17	0,96	2,66	148,98	6183,2		735,57	1098,13	237,03	18,31	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,95	27,55	28,54	27,83
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	43,26	37,49	32,39	35,49
Полдник (15 %)	22,83	15,79	15,12	21,26
Ужин (20 %)	51,60	42,40	30,53	36,93
Итого за день (85 - 105 %)	142,88	124,34	112,85	125,64

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,8

Директор Титов Теплоухов А.П./ Зав. производством \_\_\_\_\_ //



Калькулятор

Мельников /Мельникова А.А./



День 10

Примерное Меню (1-3 года)

N реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
282 СБ 2012Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	5,90	6,14	27,70	190,31	0,16	0,14	1,09	31,6	112,11	147,06	36,79	0,93
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)*	170	1,23	1,07	14,76	73,97	0,02	0,06	0,55	8,5	51,38	38,25	5,95	0,08
Итого по подменю:			11,35	10,10	52,94	349,01	0,21	0,24	1,71	63,1	257,29	257,31	50,34	1,34

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200				92,00								
Итого по подменю:						92,00								

**ОБЕД**

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,01	2,50		11,50	12,00	7,00	0,30
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	1,57	2,50	12,35	78,38	0,08	0,05	13,29	10,8	17,69	47,62	20,02	0,68
422 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.	50	8,05	7,79	5,05	123,01	0,05	0,08	0,91	17,4	30,26	78,62	10,62	0,66
148 СБ 2016г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150	2,42	12,37	14,38	178,98	0,10	0,08	28,23	30,4	39,57	66,19	29,23	1,05
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	14,12	58,03	0,01	0,01	3,00		5,14	3,30	2,70	0,69
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			15,72	23,15	65,19	535,29	0,30	0,25	47,93	58,6	113,45	245,11	78,12	4,31

**ПОЛДНИК**

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.,	150	6,00	2,25	21,45	130,05	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
564 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	50	4,05	4,02	24,99	152,31	0,06	0,04	0,03	28,0	17,30	41,76	6,66	0,50
Итого по подменю:			10,05	6,27	46,44	282,36	0,11	0,27	0,93	43,0	203,30	184,26	29,16	0,65

**УЖИН**



N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04	4,92	13,72	3,16	0,34	
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ,	130	24,27	4,93	31,57	267,78	0,08	0,31	0,20	58,6	136,81	223,43	1,11	
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20	1,44	1,70	11,20	65,86	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	10,20	0,06	
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90		13,05	9,79	0,91	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	0,71	
Итого по подменю:			30,62	7,16	91,54	555,36	0,15	0,38	3,44	66,1	255,17	340,02	3,13	
Итого за день: 0,00 руб.			67,74	46,68	256,11	1814,02	0,77	1,14	54,01	230,9	829,21	1026,70	9,43	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	27,02	21,49	26,08	24,93
Второй завтрак (5%)				6,57
Обед (35%)	52,76	58,30	35,63	44,93
Полдник (15%)	23,93	13,34	22,88	20,17
Ужин (20%)	72,90	15,23	45,09	39,67
Итого за день (85 - 105%)	176,62	108,36	129,67	136,26

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,7:3,5

Директор Ильин /Теплоухов А.П./ Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор Мельникова /Мельникова А.А./



ООО "Ника"

Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (1-3 года)

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

День 1

ЗАВТРАК

**БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)**

Выход: 20/10, N рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

**КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ**

Выход: 150, N рец.: 270 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0333	0,033
МОЛОКО 2,5%	0,0825	0,083
ВОДА	0,0405	0,041
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)\***

Выход: 170, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1020	0,102
ВЫХОД:	0,1700	0,170

2-ОЙ ЗАВТРАК

**СОК ЯБЛОЧНЫЙ**

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ОБЕД

**САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ,**

Выход: 40, N рец.: 59 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0200	0,020
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0164	0,016
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0400	0,040

**СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ\***

Выход: 180/10, N рец.: 176 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0180	0,018
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1350	0,135
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0036	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МОЛОКО 2,5%	0,0270	0,027
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА**

ВЫХОД:	0,0100	0,010
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0158	0,016

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0162	0,016
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0216	0,022
--------------------------------	--------	-------

**КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,\***

Выход: 50, N рец.: 391 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0172	0,017
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0258	0,026
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0095	0,010
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0055	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0115	0,012

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0625	0,063
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0035	0,004
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

**РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ,,**

Выход: 110, N рец.: 334 СБ 2016 Г, Порций: 1,00

РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0323	0,032
ВОДА	0,0682	0,068
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0902	0,090
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0033	0,003
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0102	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0110	0,011
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0110	0,011
--------------------------------	--------	-------

**КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)**

Выход: 150, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00

КЛЮКВА СВЕЖАЯ	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0112	0,011
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0067	0,007
ВОДА	0,1350	0,135
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
--------------------	--------	-------

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

ПОЛДНИК

**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.**

Выход: 160, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЙОГУРТ 2,5%	0,1600	0,160
-------------	--------	-------

**БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (СБ 2021),**

Выход: 40, N рец.: 541 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0262	0,026
ВОДА	0,0120	0,012
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0033	0,003
ЯЙЦА	0,0018	0,002
САХАР-ПЕСОК	0,0047	0,005
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0005	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВАНИЛИН	0,0002	
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0003	
ЯЙЦА (ДЛЯ СМАЗКИ)	0,0003	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0003	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0467	0,047
ВЫХОД:	0,0400	0,040

УЖИН

**ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ,,**

Выход: 50, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0375	0,038
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0056	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0006	0,001



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД:	0,0500	0,050
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0383	0,038

### СУФЛЕ РЫБНОЕ,

Выход: 70, N рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0900	0,090
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0500	0,050
МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0028	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0028	0,003
ЯЙЦА	0,0122	0,012
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0170	0,017
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0021	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0700	0,070

### Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,0245	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0020	0,002

### РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ.,

Выход: 110, N рец.: 210 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0220	0,022
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0088	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0044	0,004
МАССА ГОТОВОГО РАГУ	0,1100	0,110
ВЫХОД:	0,1100	0,110

### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0528	0,053
---------------------------	--------	-------

### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0176	0,018
--------------------------------	--------	-------

### Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0008	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
ВОДА	0,0182	0,018
СМЕТАНА 15%	0,0165	0,017
ВЫХОД:	0,0330	0,033

### ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018).

Выход: 170/7, N рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1870	0,187

### Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020

## День 2

### ЗАВТРАК

### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ

Выход: 20/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

### ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ 2021)

Выход: 150, N рец.: 268 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦА	0,1000	0,100
МОЛОКО 2,5%	0,0600	0,060
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1600	0,160
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0025	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1500	0,150
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1550	0,155

### ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).

Выход: 180, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
ВОДА	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,1800	0,180
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

### ЯБЛОКИ.,

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130

### ОБЕД

### ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ\*

Выход: 40, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

### СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ,

Выход: 25/200, N рец.: 163 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1400	0,140
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,2250	0,225

### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0800	0,080
---------------------------	--------	-------

### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0080	0,008
--------------------------------	--------	-------

### Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ

ГОВЯДИНА З/Т	0,0285	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0025	0,003
ЯЙЦА	0,0020	0,002
ВОДА	0,0025	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0358	0,036
ВЫХОД:	0,0250	0,025

### БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\*

Выход: 50, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0370	0,037
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0092	0,009
МОЛОКО 2,5%	0,0128	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0570	0,057
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0500	0,050

### КАПУСТА ТУШЕНАЯ,\*

Выход: 120, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1260	0,126
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0054	0,005
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0024	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0038	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0014	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0016	0,002
ВЫХОД:	0,1200	0,120

### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0048	0,005
--------------------------------	--------	-------



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

### КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА..

Выход: 150, N рец.: 526 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ИЗЮМ	0,0150	0,015
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ВОДА	0,1515	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### ПОЛДНИК

#### МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

Выход: 200, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### БАРАНКИ

Выход: ШТ, N рец.: 274 СБ 2004, Порций: 1,00

БАРАНКИ ПРОСТЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

### УЖИН

#### БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.\*

Выход: 20/8, N рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

#### ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.,

Выход: 130, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0702	0,070
КРУПА МАННАЯ	0,0078	0,008
САХАР-ПЕСОК	0,0182	0,018
ЯЙЦА	0,0052	0,005
МОЛОКО 2,5%	0,0234	0,023
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0052	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0052	0,005
СМЕТАНА 15%	0,0052	0,005
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0234	0,023
--------------------------------	--------	-------

#### СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ.

Выход: 30, N рец.: 369 СБ 2016, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0013	0,001
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
ВОДА	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0024	0,002
ВАНИЛИН	0,0001	
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### ЧАЙ С САХАРОМ (2018)

Выход: 200, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1500	0,150
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
--------------------	--------	-------

### День 3

### ЗАВТРАК

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

### БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,

Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

### КАША "ЯНТАРНАЯ" (ПШЕНО С ЯБЛОКАМИ)

Выход: 150, N рец.: 284 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0300	0,030
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
МАССА КАШИ	0,1170	0,117
ДЛЯ СИРОПА:		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0036	0,004
ВОДА	0,0180	0,018
МАССА СИРОПА	0,0180	0,018
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0150	0,015
МАССА ЯБЛОК, ПРИПУЩЕННЫХ С	0,0330	0,033
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0060	0,006
МАССА КАШИ	0,1170	0,117

### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)\*

Выход: 170, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0425	0,043
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1445	0,145
ВЫХОД:	0,1700	0,170

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### СОК ГРУШЕВЫЙ

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СОК ГРУШЕВЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### ОБЕД

#### САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(СБ 2021).

Выход: 50, N рец.: 9 СБ 2021Г, Порций: 1,00

КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0405	0,041
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0050	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
САХАР-ПЕСОК	0,0025	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.

Выход: 180, N рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САДИНА)	0,0288	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0068	0,007
РИС КРУГЛЫЙ	0,0036	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0013	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0504	0,050
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0115	0,012
--------------------------------	--------	-------

#### ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ..

Выход: 50/30, N рец.: 408 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0735	0,074
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0064	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003
МАССА ЖАРЕНОЙ ПЕЧЕНИ	0,0500	0,050
ВЫХОД: С СОУСОМ	0,0800	0,080

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0008	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
ВОДА	0,0165	0,017



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СМЕТАНА 15%	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,0300	0,030

### МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ

Выход: 120, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0408	0,041
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1150	0,115
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0054	0,005
ВЫХОД:	0,1200	0,120
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002

### КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)

Выход: 150, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### ПОЛДНИК

#### СНЕЖОК

Выход: 150, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СНЕЖОК НАПИТОК	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ,,

Выход: 50, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0309	0,031
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0008	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0022	0,002
ЯЙЦА	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
ВОДА	0,0150	0,015
МАССА ТЕСТА	0,0509	0,051
ЯЙЦА	0,0084	0,008
СМЕТАНА 15%	0,0031	0,003
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0114	0,011
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0609	0,061
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0003	
ВЫХОД:	0,0500	0,050

### УЖИН

#### САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ

Выход: 60, N рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧЕСНОК	0,0003	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0540	0,054
-------------------------------	--------	-------

#### РАГУ ИЗ ПТИЦЫ..

Выход: 160, N рец.: 417 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГРУДКА КУРИНАЯ	0,0658	0,066
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
МАССА ЖАРеной ПТИЦЫ	0,0458	0,046
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0021	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0092	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0010	0,001
МАССА ГАРНИРА И СОУСА	0,1142	0,114
ВЫХОД:	0,1600	0,160

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0732	0,073
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0156	0,016
--------------------------------	--------	-------

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

### ЧАЙ С МОЛОКОМ

Выход: 150, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
МОЛОКО 2,5%	0,0375	0,038
ВОДА	0,0750	0,075
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
--------------------	--------	-------

### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### День 4

#### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 20/10, N рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)

Выход: 150, N рец.: 283 СБ 2012Г, Порций: 1,00

РИС КРУГЛЫЙ	0,0231	0,023
ВОДА	0,0435	0,044
МОЛОКО 2,5%	0,0885	0,089
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)..

Выход: 180, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАКАО-ПОРОШОК	0,0027	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0990	0,099
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0180	0,018
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### АПЕЛЬСИНЫ

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00

АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	0,2200	0,220
------------------	--------	-------

#### ОБЕД

#### ПОМИДОР СВЕЖИЙ\*

Выход: 50, N рец.: 120 СБ 2012г, Порций: 1,00

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050
-----------------	--------	-------

#### КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ:

Выход: 80, N рец.: 356 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0640	0,064
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0152	0,015
МОЛОКО 2,5%	0,0112	0,011
ЯЙЦА	0,0048	0,005
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0952	0,095
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0016	0,002
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0800	0,080
ВЫХОД:	0,0800	0,080

#### СУП ИЗ ОВОЩЕЙ

Выход: 200, N рец.: 157 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0210	0,021
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0160	0,016
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0060	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,2100	0,210
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0390	0,039
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0080	0,008

#### КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,

Выход: 110, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,1100	0,110

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0924	0,092
---------------------------	--------	-------

#### КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)

Выход: 150, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00		
СМОРОДИНА С/М	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0112	0,011
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0067	0,007
ВОДА	0,1350	0,135
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

#### ПОЛДНИК

#### КЕФИР.

Выход: 180, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.

Выход: 1ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0100	0,010

#### УЖИН

#### БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-Й ВАР.2021)\*\*

Выход: 20/15, N рец.: 73 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,0350	0,035

#### ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ,

Выход: 130, N рец.: 327 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,0979	0,098
КРУПА МАННАЯ	0,0095	0,010
ЯЙЦА	0,0113	0,011
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0130	0,013
ИЗЮМ	0,0130	0,013
ВАНИЛИН	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0035	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1447	0,145
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

#### МОЛОКО СГУЩЕННОЕ

Выход: 30, N рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0300	0,030

#### ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)

Выход: 180/7, N рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1870	0,187
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### БАТОН,

Выход: 20, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020

#### День 5

#### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ

Выход: 20/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

#### КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.

Выход: 170, N рец.: 281 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ГЕРКУЛЕС	0,0262	0,026
ВОДА	0,0493	0,049
МОЛОКО 2,5%	0,1003	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА КАШИ	0,1632	0,163
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0043	0,004
ВЫХОД:	0,1700	0,170

#### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)\*

Выход: 170, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1020	0,102
ВЫХОД:	0,1700	0,170

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### СОК ЯБЛОЧНЫЙ

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### ОБЕД

#### ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМ/ПРОИЗВОДСТВА).

Выход: 50, N рец.: 129 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМ.ПР-ВА)	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.

Выход: 180, N рец.: 142 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0144	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0022	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ.	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0144	0,014
---------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0090	0,009
--------------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0288	0,029
-------------------------------	--------	-------

#### КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,\*

Выход: 50, N рец.: 391 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0172	0,017



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0258	0,026
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0095	0,010
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0055	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0115	0,012
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0625	0,063
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0035	0,004
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ..**

Выход: 110, N рец.: 263 СБ 2012, Порций: 1,00

КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0275	0,028
ВОДА	0,0825	0,083
МАССА КАШИ	0,1056	0,106
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

#### **КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯБЛОК,(2018)**

Выход: 150, N рец.: 488 СБ 2018Г, Порций: 1,00

АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0280	0,028
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### ПОЛДНИК

#### **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.**

Выход: 180, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### **ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)**

Выход: 50, N рец.: 530 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
ПОВИДЛО	0,0250	0,025
ЯЙЦА	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ**

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0219	0,022
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0023	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0015	0,002
ЯЙЦА	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0008	0,001
ВОДА	0,0112	0,011
ВЫХОД:	0,0387	0,039
ВЛАЖНОСТЬ: %	1,2771	1,277

### УЖИН

#### **САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ**

Выход: 60, N рец.: 24 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0090	0,009
ЛУК ЗЕЛЕНый	0,0048	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### **Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 31,97%	0,0444	0,044
------------------------------	--------	-------

#### **БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\*,**

Выход: 60, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0445	0,045
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0111	0,011
МОЛОКО 2,5%	0,0154	0,015
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0024	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0686	0,069

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0600	0,060

#### **КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.\***

Выход: 110, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1155	0,116
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0022	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0066	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0035	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0033	0,003
ВЫХОД:	0,1100	0,110

#### **Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0044	0,004
--------------------------------	--------	-------

#### **ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)**

Выход: 180, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### **Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### День 6

### ЗАВТРАК

#### **БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,**

Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### **КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ**

Выход: 150, N рец.: 270 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0333	0,033
МОЛОКО 2,5%	0,0825	0,083
ВОДА	0,0405	0,041
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ЧАЙ С МОЛОКОМ(1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 170, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0425	0,043
ВОДА	0,0850	0,085
ВЫХОД:	0,1700	0,170

#### **Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0459	0,046
ВЫХОД:	0,0425	0,043

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### **ЯБЛОКИ,.**

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130
---------------	--------	-------

### ОБЕД

#### **ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,**

Выход: 50, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050
---------------	--------	-------

#### **СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ..**

Выход: 180/10, N рец.: 174 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0036	0,004
-------------------	--------	-------



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МОЛОКО 2,5%	0,0630	0,063
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,0990	0,099
ВЫХОД:	0,1800	0,180
<b>Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА</b>		
ВЫХОД:	0,0100	0,010
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0158	0,016
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0720	0,072
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0036	0,004

#### **КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".**

Выход: 50, N рец.: 347 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0200	0,020
ЦЫПЛЯТА БР	0,0190	0,019
МОЛОКО 2,5%	0,0100	0,010
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0085	0,009
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0625	0,063
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ**

Выход: 120, N рец.: 433 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0348	0,035
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1000	0,100
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0108	0,011
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0047	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
МАССА ПАССЕРОВАННЫХ ОВОЩЕЙ	0,0240	0,024
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1200	0,120

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0132	0,013
--------------------------------	--------	-------

#### **КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)**

Выход: 150, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

#### **ПОЛДНИК**

##### **РЯЖЕНКА..**

Выход: 180, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

РЯЖЕНКА 2,5%	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

##### **ПРЯНИКИ**

Выход: 1ШТ, N рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПРЯНИКИ КГ	0,0300	0,030
------------	--------	-------

#### **УЖИН**

##### **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.**

Выход: 50, N рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧЕСНОК	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0500	0,050

**Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0450	0,045
-------------------------------	--------	-------

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ</b>		
Выход: 70, N рец.: 397 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0518	0,052
МАССА ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ	0,0483	0,048
ЯЙЦА	0,0133	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0763	0,076
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0021	0,002
МАССА ГОТОВОГО СУФЛЕ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070
<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0168	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0013	0,001
ВЫХОД:	0,0168	0,017
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001

#### **КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ:**

Выход: 110, N рец.: 438 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1056	0,106
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0011	0,001
ВЫХОД:	0,1100	0,110

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1089	0,109
---------------------------	--------	-------

#### **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Выход: 150, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
МОЛОКО 2,5%	0,0375	0,038
ВОДА	0,0750	0,075
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

#### **День 7**

##### **ЗАВТРАК**

##### **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ (2-Й ВАР.)**

Выход: 20/5, N рец.: 108 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

##### **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Выход: 150, N рец.: 311 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА	0,0953	0,095
МОЛОКО 2,5%	0,0595	0,060
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1550	0,155
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1500	0,150
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

##### **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).**

Выход: 180, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1530	0,153
ВЫХОД:	0,1800	0,180

##### **2-ОЙ ЗАВТРАК**

##### **МАНДАРИН..**

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МАНДАРИНЫ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

### ОБЕД

#### ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ

Выход: 50, № рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СБ 2021).

Выход: 180, № рец.: 328 СБ 2021г, Порций: 1,00

СВИНИНА	0,0747	0,075
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0630	0,063
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0070	0,007
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0054	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2403	0,240
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1764	0,176
---------------------------	--------	-------

#### ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.

Выход: 180, № рец.: 156 сб 2012г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0360	0,036
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0007	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0216	0,022
---------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0090	0,009
--------------------------------	--------	-------

#### КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК

Выход: 150, № рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ВОДА	0,1290	0,129
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
-----------------------------	--------	-------

### ПОЛДНИК

#### КЕФИР\*

Выход: 160, № рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КЕФИР 2,5%	0,1600	0,160
ВЫХОД:	0,1600	0,160

#### ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.

Выход: 40, № рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0247	0,025
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0006	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
ЯЙЦА	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0007	0,001
ВОДА	0,0120	0,012
МАССА ТЕСТА	0,0407	0,041
ЯЙЦА	0,0067	0,007
СМЕТАНА 15%	0,0025	0,003
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0091	0,009
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0487	0,049
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0003	
ВЫХОД:	0,0400	0,040

### УЖИН

#### БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.\*

Выход: 20/8, № рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

#### ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.,

Выход: 130, № рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0702	0,070
КРУПА МАННАЯ	0,0078	0,008
САХАР-ПЕСОК	0,0182	0,018
ЯЙЦА	0,0052	0,005
МОЛОКО 2,5%	0,0234	0,023
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0052	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0052	0,005
СМЕТАНА 15%	0,0052	0,005
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0234	0,023
--------------------------------	--------	-------

#### СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ.

Выход: 30, № рец.: 369 СБ 2016, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0013	0,001
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
ВОДА	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0024	0,002
ВАНИЛИН	0,0001	
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### ЧАЙ С ЛИМОНОМ

Выход: 200/7, № рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1500	0,150
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,2070	0,207

#### Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
--------------------	--------	-------

### День 8

### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 20/10, № рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (ЖИДКАЯ)

Выход: 150, № рец.: 279 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0300	0,030
ВОДА	0,0510	0,051
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)\*

Выход: 170, № рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00



Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1020	0,102
ВЫХОД:	0,1700	0,170

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### СОК ГРУШЕВЫЙ

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СОК ГРУШЕВЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### ОБЕД

#### САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ..

Выход: 50, N рец.: 82 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРеной ОЧИЩЕННОЙ	0,0125	0,013
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0085	0,009
ЯЙЦА	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 31,97%	0,0225	0,023
------------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0126	0,013
--------------------------------	--------	-------

#### РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ,

Выход: 180, N рец.: 146 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0144	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0108	0,011
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
ВОДА	0,1260	0,126
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1260	0,126
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0540	0,054
---------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0072	0,007
--------------------------------	--------	-------

#### СУФЛЕ РЫБНОЕ,

Выход: 70, N рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0900	0,090
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0500	0,050
МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0028	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0028	0,003
ЯЙЦА	0,0122	0,012
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0170	0,017
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0021	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0700	0,070

#### Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,0245	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0020	0,002

#### РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ.,

Выход: 110, N рец.: 334 СБ 2016 Г, Порций: 1,00

РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0323	0,032
ВОДА	0,0682	0,068
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0902	0,090
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0033	0,003
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0102	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0110	0,011
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0110	0,011

#### КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)

Выход: 150, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00

СМОРОДИНА С/М	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0112	0,011
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0067	0,007
ВОДА	0,1350	0,135
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
-----------------------------	--------	-------

### ПОЛДНИК

#### МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ\*\*

Выход: 190, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,1900	0,190
ВЫХОД:	0,1900	0,190

#### ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.

Выход: 1ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0100	0,010
------------------	--------	-------

### УЖИН

#### САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ

Выход: 60, N рец.: 60 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0570	0,057
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0582	0,058
-------------------------------	--------	-------

#### ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ(2021).

Выход: 150, N рец.: 334 СБ 2021г., Порций: 1,00

СВИНИНА	0,0847	0,085
ЯЙЦА	0,0032	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0030	0,003
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0022	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1770	0,177
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1162	0,116
---------------------------	--------	-------

#### ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)

Выход: 180, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### День 9

### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ

Выход: 20/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

#### КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ),

Выход: 180, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00



Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
КРУПА МАННАЯ	0,0277	0,028
МОЛОКО 2,5%	0,0954	0,095
ВОДА	0,0630	0,063
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0044	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА КАШИ	0,1728	0,173
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0044	0,004
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).

Выход: 150, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАКАО-ПОРОШОК	0,0023	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075
ВОДА	0,0825	0,083
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### ЯБЛОКИ,.

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130
---------------	--------	-------

### ОБЕД

#### ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,

Выход: 50, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050
---------------	--------	-------

#### СВЕКОЛЬНИК..

Выход: 180, N рец.: 145 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ.	0,1440	0,144
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0009	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0018	0,002
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0310	0,031
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0072	0,007
--------------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0461	0,046
-------------------------------	--------	-------

#### ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.

Выход: 70, N рец.: 399 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0490	0,049
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0091	0,009
ВОДА	0,0140	0,014
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0021	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0231	0,023
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0126	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0830	0,083
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0012	0,001
МАССА ГОТОВЫХ ТЕФТЕЛЕЙ	0,0700	0,070

#### КАПУСТА ТУШЕНАЯ,\*

Выход: 120, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1260	0,126
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0054	0,005
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0024	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0038	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0014	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0016	0,002
ВЫХОД:	0,1200	0,120

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0048	0,005

#### КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)

Выход: 150, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
--------------------	--------	-------

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

### ПОЛДНИК

#### СНЕЖОК

Выход: 150, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СНЕЖОК НАПИТОК	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ

Выход: 50, N рец.: 567 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0300	0,030
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0008	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0013	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0014	0,001
ЯЙЦА	0,0029	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
МОЛОКО 2,5%	0,0112	0,011
МАССА ТЕСТА	0,0442	0,044
МОЛОКО 2,5%	0,0110	0,011
ЯЙЦА	0,0029	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
СМЕТАНА 15%	0,0005	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0604	0,060
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 31,97%	0,0342	0,034
------------------------------	--------	-------

### УЖИН

#### ИКРА МОРКОВНАЯ.\*

Выход: 50, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРЕНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0375	0,038
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0056	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0377	0,038
--------------------------------	--------	-------

#### ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ(СБ 2021)

Выход: 70, N рец.: 359 СБ 2021г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0728	0,073
МАССА ПЕЧЕНИ ОБЖАРЕНОЙ	0,0490	0,049
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0035	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0035	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0700	0,070

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0009	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0009	0,001



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,0193	0,019
СМЕТАНА 15%	0,0175	0,018
ВЫХОД:	0,0350	0,035

#### **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,**

Выход: 110, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,1100	0,110

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0924	0,092
---------------------------	--------	-------

#### **ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).**

Выход: 180, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
ВОДА	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
-----------------------------	--------	-------

### День 10

#### ЗАВТРАК

#### **БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,**

Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

Выход: 150, N рец.: 282 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0300	0,030
ВОДА	0,0420	0,042
МОЛОКО 2,5%	0,0840	0,084
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)\***

Выход: 170, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0425	0,043
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1445	0,145
ВЫХОД:	0,1700	0,170

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### **СОК ЯБЛОЧНЫЙ**

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### ОБЕД

#### **ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ**

Выход: 50, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.**

Выход: 180, N рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САДИНА)	0,0288	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0068	0,007

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
РИС КРУГЛЫЙ	0,0036	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0013	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0504	0,050
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0115	0,012
--------------------------------	--------	-------

#### **КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.**

Выход: 50, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0371	0,037
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0093	0,009
МОЛОКО 2,5%	0,0129	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0021	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0571	0,057
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0014	0,001
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ**

Выход: 150, N рец.: 148 СБ 2016г, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0150	0,015
КАПУСТА СВЕЖАЯ	0,0319	0,032
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0058	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА РАГУ	0,1450	0,145
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0464	0,046
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0210	0,021
--------------------------------	--------	-------

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0026	0,003
--------------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ\***

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,0435	0,044
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0020	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0009	0,001
ПЕТРУШКА ЗЕЛЕНЬ	0,0004	0,000
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0026	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0004	0,000
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,000
ВЫХОД:	0,0435	0,044

#### **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК**

Выход: 150, N рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ВОДА	0,1290	0,129
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	0,000
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
--------------------	--------	-------

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

#### ПОЛДНИК

#### **ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.,**

Выход: 150, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЙОГУРТ 2,5%	0,1500	0,150
-------------	--------	-------

#### **ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ**

Выход: 50, N рец.: 564 СБ 2012Г, Порций: 1,00



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0300	0,030
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ЯЙЦА	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0010	0,001
ВОДА	0,0125	0,013
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0005	0,001
ЯЙЦА	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0002	
МАССА ТЕСТА	0,0480	0,048
МАССА ФАРША	0,0120	0,012
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### УЖИН

#### **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.\***

Выход: 20/8, N рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

#### **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ,**

Выход: 130, N рец.: 327 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0979	0,098
КРУПА МАННАЯ	0,0095	0,010
ЯЙЦА	0,0113	0,011
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0130	0,013
ИЗЮМ	0,0130	0,013
ВАНИЛИН	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0035	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1447	0,145
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

#### **МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.**

Выход: 20, N рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0200	0,020
-----------------------	--------	-------

#### **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Выход: 200/7, N рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1500	0,150
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,2070	0,207

#### **Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
-----------------------------	--------	-------

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------