

ООО «НИКА»

«Утверждено»

ООО «Ника»



/А.П. Теплоухов/

«01» Октября 2022 г.

«Согласовано»

Директор МАОУ «Гимназия №1»

г. Пермь



/О.Ю. Казанцева/

«01» Октября 2022 г.

Примерное десятидневное меню

для организации питания детей от 3 до 7 лет на осенне-зимний период в дошкольных образовательных организациях

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептов 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 рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. 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».

- «Единый Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений»

Издательство: «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 3-е издание, дополненное и исправленное - Пермь, 2018 г.

- «Единый Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений»

Издательство: «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 4-е издание, дополненное и исправленное - Пермь, 2021 г.

Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней
Подразделение: Примерное Меню (3-7 лет)

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в НЕТО 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	0,70	0,77			0,77		0,80				0,77	1,00	0,48	0,50	-3,8
Какао-порошок				3,00				3,00					0,60	0,60	0,0
Картофель	150,30	62,20	205,40	182,20	58,90	138,00	129,30	216,00	229,50	91,00			146,28	140,00	4,5
Кондитерские изделия		25,00		60,00		30,00				20,00			19,00	20,00	-5,0
Кофейный напиток	2,20		2,40		2,20		2,40					2,40	1,16	1,20	-3,3
Крупы (злаки), бобовые	100,20	9,00	72,10	45,00	30,80	60,00	9,00	40,00	27,70	47,70			44,15	43,00	2,7
Макаронные изделия		10,00			44,20	16,00			44,20				11,44	12,00	-4,7
Масло коровье сладкосливочное	23,50	21,30	23,15	10,30	17,37	15,40	35,40	22,30	26,10	22,50			21,73	21,00	3,5
Масло растительное	16,20	11,65	15,80	12,70	10,70	9,80	11,00	5,00	9,55	12,70			11,51	11,00	4,6
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	394,80	373,00	408,00	470,90	363,00	424,00	448,80	458,00	483,40	451,60			427,55	450,00	-5,0
Мука картофельная (крахмал)				21,60				9,00					3,06	3,00	2,0
Мука пшеничная хлебопекарная	33,10	34,07	11,25	14,20	48,93	11,50	44,50	11,80	23,77	48,30			28,14	29,00	-3,0
Мясо(бескостное/на кости)	102,00	28,50	113,00	97,00	91,00	28,00		83,00		35,00			57,75	55,00	5,0
Напитки витаминизированные	20,00		9,00				9,50			10,00			4,85	5,00	-3,0
Овощи, зелень	179,80	278,00	122,80	134,60	337,31	153,40	147,20	342,10	220,90	249,40			216,55	220,00	-1,6
Печень(Субпродукты)			103,00		93,60				51,70				24,83	25,00	-0,7
Птица(куры 1 кат.потр/цыплята-бр.индейка)		52,00				123,60		52,00					22,76	24,00	-5,2
Рыба(филе)в т.ч.филе слабо-или малосоленое	81,00		28,80	132,00			73,00		56,00				37,08	37,00	0,2
Сахар	28,70	39,82	24,30	29,00	31,11	35,60	32,20	32,50	30,36	30,50			31,41	30,00	4,7
Сметана с м.д.ж.не более 15%		4,50	32,20	10,00	30,50		14,50	10,00	1,80	10,00			11,35	11,00	3,2
Соки фруктовые (овощные)	200,00		200,00		200,00			200,00		200,00			100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	4,50	6,51	4,50	4,40	6,50	4,90	3,50	4,90	6,69	3,60			5,00	5,00	0,0
Сыр неострых сортов (твердый, мягкий, плавленый)	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00				6,00	6,00	0,0
Творог, творожн.изд.с м.д.ж.не менее 5%		138,00					138,00			113,00			38,90	40,00	-2,8
Фрукты (плоды) свежие	7,00	169,20	46,80	110,00	76,20	150,00	139,20	26,80	187,00	36,00			94,82	100,00	-5,2
Фрукты (плоды) сухие		20,00	20,00			20,00	18,00		20,00	15,00			11,30	11,00	2,7
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	88,00	109,00	93,00	110,00	50,00	48,90	86,00	103,00	46,60	60,00			79,45	80,00	-0,7
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40,00	40,00	40,00	20,00	60,00	60,00	40,00	40,00	80,00	80,00			50,00	50,00	0,0
Чай, включающая фиточай	0,50	0,90	0,50	0,50	0,90	0,90	0,50	0,50	0,50	0,50			0,62	0,60	3,3
Яйцо куриное диетическое	5,60	129,96	4,30	39,00	53,30		134,60		6,15	15,00			38,79	40,00	-3,0

Итого в среднем на одного питающегося:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
		70,43	63,55	258,48
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	3056,64	3272,91	908,08	276,47
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	2356,50	0,96	1,97	11,62
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1279,34	17,02
			С, мг	
			115,36	

Примерное Меню (3-7 лет)

День 1

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
75 СБ 2021Г.	СЫР(ПОРЦИОННО)2021	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,0	90,00	59,00	5,00	0,09
230 СБ 2021Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (2021).	200	6,18	6,49	31,19	208,59	0,09	0,18	1,37	40,6	134,42	121,89	20,19	0,44
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАР.)(2018).	180	1,31	1,14	11,15	60,38	0,02	0,07	0,59	9,0	54,27	40,50	6,30	0,07
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			12,54	10,66	58,06	379,20	0,14	0,30	2,03	72,6	284,39	240,89	35,39	0,96

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80

ОБЕД

5 СБ 2021Г	САПАТ ИЗ КАПУСТЫ Б/К И ОГУРЦОВ(СБ 2021).	80	0,94	4,86	2,47	57,44	0,02	0,02	20,18		25,09	21,98	10,80	0,40
144 СБ 2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).	180	5,27	3,19	21,65	136,46	0,23	0,12	14,22	14,4	52,46	130,88	61,81	2,15
330 СБ 2021Г	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (СБ 2021)	200	18,09	20,27	43,82	429,79	0,11	0,16	6,84	11,0	28,81	241,17	56,14	2,89
17840891-2016	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	200		18,40		73,60	0,03	0,03	2,01	0,0				
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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:			28,98	28,72	114,02	832,65	0,44	0,35	43,25	25,4	115,65	431,41	137,30	6,37

ПОЛДНИК

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
541 СБ 2021Г	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (СБ 2021).	50	4,03	4,19	29,06	170,08	0,06	0,03		23,3	10,60	37,90	6,08	0,53
Итого по подменю:			12,03	7,19	57,66	343,48	0,11	0,26	0,90	38,3	196,60	180,40	28,58	0,68

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	
60 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,89	3,06	5,19	51,81	0,01	0,02	5,90			21,83	25,43	12,98	0,83
ТТК(акт проработк	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ (ТТК)	100	15,39	5,47	10,14	151,53	0,12	0,15	0,73	40,6		72,53	236,61	51,15	0,99
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,73	0,14	0,11	21,31	27,1		37,16	80,74	27,06	0,99
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,89			11,89	8,97	4,80	0,81
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			20,58	13,81	52,60	417,28	0,29	0,29	30,83	67,7	147,41	364,75	98,79	3,84	
Итого за день: 0,00 руб.			75,13	60,58	302,54	2064,61	1,00	1,22	81,01	204,1	758,05	1231,45	308,06	14,65	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,22	17,77	22,25	21,07
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	53,67	47,87	43,69	46,26
Полдник (15 %)	22,28	11,98	22,09	19,08
Ужин (20 %)	38,11	23,02	20,15	23,18
Итого за день (85 - 105 %)	139,13	100,97	115,92	114,70

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,0

Директор Триф Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор Мельникова А.А./

ООО "Ника".

Примерное Меню (3-7 лет)

День 2

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe		
															В1	В2
ЗАВТРАК																
79 СБ 2021Г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05		0,01			20,0		1,20	1,50		0,01
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ..(СБ 2021)	180	17,45	22,20	4,51	288,14	0,11	0,65	0,98	335,0		160,51	300,13	25,10		3,11
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0		70,25	53,25	11,40		0,92
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01				5,70	19,50	3,90		0,36
Итого по подменю:			21,43	27,50	37,74	484,84	0,16	0,75	1,73	365,0		237,66	374,38	40,40		4,40

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00			24,00	16,50	13,50		3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00			24,00	16,50	13,50		3,30

ОБЕД

47 СБ 2021Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.(СБ 2021)	60	0,65	3,70	4,15	52,53	0,03	0,02	5,20			9,75	22,11	9,49		0,35
129 СБ 2021Г	СУП С МИЗДИ И КАРТ.С ФРИКАДЕЛЬКАМИ(2021)	200/25	7,68	8,10	14,77	162,55	0,09	0,09	9,37	5,0		18,57	98,67	21,65		1,50
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4		41,78	109,95	14,84		0,92
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕННАЯ, *	150	3,63	5,15	15,53	122,97	0,07	0,09	78,74	27,2		92,62	67,50	34,11		1,29
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	200	0,44	0,02	21,78	90,52		0,01	0,40			22,50	15,40	6,00		1,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80		0,22
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:			28,31	26,30	91,17	718,37	0,31	0,34	94,98	56,6		194,51	351,01	94,64		6,22

ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	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
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	28,64	6,03		0,68

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												
Итого по подменю:														8,65	11,08	43,81	310,93	0,13	0,33	2,73	44,8	250,28	208,64	34,03	0,88
УЖИН																									
22 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021).	60	3,71	4,45	53,43	0,03	0,03	3,78				13,12	22,64	15,86	0,68										
279 СБ 2021Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..	150	8,68	22,68	293,92	0,07	0,40	0,70	81,1			238,11	327,18	34,53	0,85										
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	16,65	98,19	0,02	0,11	0,30	12,6			92,10	65,70	10,20	0,06										
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180		9,04	36,17			0,09				9,09	7,43	3,96	0,77										
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	19,68	93,76	0,04	0,01					8,00	26,00	5,60	0,44										
Итого по подменю:														37,03	15,26	72,50	575,47	0,16	0,55	4,87	93,7	360,42	448,95	70,15	2,80
Итого за день: 0,00 руб.														96,02	80,74	259,92	2156,21	0,81	2,00	119,31	560,2	1066,87	1399,48	252,72	17,60

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	39,69	45,83	14,46	26,94
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,70
Обед (35 %)	52,43	43,83	34,93	39,91
Полдник (15 %)	16,02	18,47	16,79	17,27
Ужин (20 %)	68,57	25,43	27,78	31,97
Итого за день (85 - 105 %)	177,81	134,57	99,59	119,79

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:2,7

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

Примерное Меню (3-7 лет)

День 3

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
ЗАВТРАК														
65 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-й ВАРИАНТ)	10/10/5	2,69	6,24	0,97	70,83	0,01	0,05	1,07	43,0	94,00	63,10	5,80	0,17
284 СБ 2012Г	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)*	180	7,58	10,62	35,52	268,84	0,10	0,20	3,23	61,2	154,21	221,94	31,72	1,19
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАР.)(2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,09	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
Итого по подменю:			13,17	19,37	51,27	433,76	0,15	0,40	5,60	124,2	368,51	375,04	51,52	1,49

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ГРУШЕВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80

ОБЕД

3 СБ 2021Г	САПАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАННОЙ С ЯБЛОКАМИ(СБ)	80	0,90	4,95	4,86	67,57	0,02	0,02	22,32		25,93	16,78	9,54	0,90
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	1,57	2,23	12,36	75,79	0,08	0,05	13,29	10,8	17,69	47,62	20,02	0,68
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70/30	18,90	16,36	6,50	248,81	0,32	2,27	34,04	8471,5	26,17	334,22	20,08	7,18
213 СБ 2021Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ б/м(2021).	130	4,12	3,25	18,60	120,09	0,14	0,07		12,0	8,32	97,98	65,07	2,19
494 СБ 2021Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(ХИЗЮМ(2021)	200	0,46	0,10	23,14	95,30	0,03	0,02			16,30	25,80	8,40	0,63
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
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:			30,57	27,33	94,06	745,56	0,66	2,45	69,65	8494,3	107,70	572,78	134,46	12,73

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР,	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
274 СБ 2004	БАРАНКИ (40)	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	33,68	224,60	0,15	0,29	1,05	30,0	191,20	180,60	38,60	1,19

УЖИН

№ 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	
															0,48
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ.	60	3,91	6,04	26,82	177,25	0,19	0,13	31,00	26,7	21,77	100,00	36,34	1,53	
334 СБ 2021г.	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ/СВИНИНА(2021)	200	0,31	2,37	0,70	25,34		0,01	0,03	17,0	8,81	6,58	0,88	0,03	
454 СБ 2012Г	СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.*	20			8,58	34,34			0,05		4,90	4,13	2,20	0,41	
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".	180	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	6,28	8,59	46,04	287,71	0,23	0,16	32,21	43,7	45,95	140,49	48,32	2,82	
Итого по подменю:			60,98	61,01	245,25	1783,63	1,21	3,32	112,51	8692,2	727,36	1282,91	280,90	21,03	
Итого за день:			0,00 руб.												

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	24,39	32,28	19,64	24,10
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	56,61	45,55	36,04	41,42
Полдник (15 %)	18,44	9,20	12,90	12,48
Ужин (20 %)	11,63	14,32	17,64	15,98
Итого за день (85 - 105 %)	112,93	101,68	93,97	99,09

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

Директор Ильин /Теплоухов А.П./ Зав. производством Мельников // Калькулятор Мельников /Мельникова А.А./

ООО "Ника"

День 4

Примерное Меню (3-7 лет)

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

ЗАВТРАК

75 СБ 2021г.	СЫР(ПОРЦИОННО)2021	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,0	90,00	59,00	5,00	0,09
223 СБ 2021г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),	180	7,72	6,01	34,76	224,58	0,17	0,18	1,12	35,2	124,60	196,94	39,21	2,09
508 СБ 2012г	КАКАО С.МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	25,07	142,03	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75	0,82
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:			15,57	11,85	70,31	451,34	0,23	0,39	2,49	78,2	342,84	378,59	73,56	3,24

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012г	МАНДАРИН (120)	ШТ	0,88	0,22	8,25	38,50	0,07	0,03	41,80		38,50	18,70	12,10	0,11
Итого по подменю:			0,88	0,22	8,25	38,50	0,07	0,03	41,80		38,50	18,70	12,10	0,11

ОБЕД

34 СБ 2021г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.(СБ 2021)	60	1,69	3,71	9,86	79,57	0,02	0,05	11,11		42,05	48,15	24,50	1,56
116 СБ 2021г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ 2021)	200/10	1,73	6,21	9,06	99,05	0,07	0,06	17,88	15,0	31,29	47,14	18,35	0,66
321 СБ 2021	МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА (СБ 2021)	70	0,65	1,46	3,72	30,64	0,02	0,01	2,25		7,61	14,45	6,87	0,23
377 СБ 2021г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,73	0,14	0,11	21,31	27,1	37,16	80,74	27,06	0,99
517 СБ 2012г	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.	180	0,02	0,02	14,10	56,69			0,32		1,57	0,65	0,43	0,09
122 СБ 2012г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
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:			11,43	16,95	83,52	533,68	0,32	0,25	52,87	42,1	132,97	241,51	88,56	4,68

ПОЛДНИК

531 СБ 2012г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
603 СБ 2012г	ПРЯНИКИ,(60)	ШТ	2,34	18,36	37,50	324,60	0,03	0,01			4,80	25,20	3,60	0,36

№ 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										
Итого по подменю:													10,34	21,36	66,10	498,00	0,08	0,24	0,90	18,6	190,80	167,70	26,10	0,51
УЖИН																								
43 СБ 2021Г	САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬИМИ(СБ 2021).	60	0,97	3,77	7,06	66,05	0,05	0,03	8,74	9,27	30,34	12,80	0,48											
348 СБ 2012Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ,(МИНТАЙ)	150	27,61	11,29	8,96	248,00	0,20	0,34	0,86	113,7	415,99	81,47	2,22											
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ.,(2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,19	0,02	0,08	0,75	10,0	53,25	11,40	0,90											
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01		5,70	19,50	3,90	0,36											
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22											
Итого по подменю:													34,04	16,89	54,03	504,62	0,32	0,47	10,35	123,7	187,79	532,08	112,37	4,18
Итого за день: 0,00 руб.													72,26	67,27	282,21	2026,14	1,02	1,38	108,41	262,6	892,90	1338,58	312,69	12,72

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	28,83	19,75	26,94	25,07
Второй завтрак (5 %)	1,63	0,37	3,16	2,14
Обед (35 %)	21,17	28,25	32,00	29,65
Полдник (15 %)	19,15	35,60	25,33	27,67
Ужин (20 %)	63,04	28,15	20,70	28,03
Итого за день (85 - 105 %)	133,81	112,12	108,13	112,56

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

Директор Труф /Теплоухов А.П./ Зав. производством

Калькулятор Мельникова А.А. /Мельникова А.А./

День 5

Примерное Меню (3-7 лет)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	ШТ	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	34,86	97,50	6,44	1,31
79 СБ 2021Г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	200	7,25	8,48	29,75	225,20	0,19	0,21	1,53	43,6	161,91	209,32	56,43	1,28
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАР.)(2018).	180	1,31	1,14	11,15	60,38	0,02	0,07	0,59	9,0	54,27	40,50	6,30	0,07
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			17,44	19,42	57,04	473,68	0,28	0,52	2,12	197,6	257,94	368,32	73,07	3,03

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80

ОБЕД

133 СБ 2012Г	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	0,47	4,82	2,86	56,67	0,02	0,01	4,10		4,71	10,92	4,86	0,24
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,67	3,74	10,30	81,51	0,05	0,05	16,80	12,0	38,45	45,96	20,78	0,94
359 СБ 2021Г	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)..	90	17,93	13,35	9,67	230,55	0,30	2,08	30,96	7713,4	32,74	313,42	19,77	6,60
256 СБ 2021Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)	130	4,90	4,34	31,23	183,63	0,08	0,02		20,8	13,33	40,76	7,29	0,75
488 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(2018)	180	0,46	0,20	15,15	64,28	0,02	0,02	24,92		17,82	11,93	7,67	0,87
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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:			30,11	26,85	96,89	752,00	0,52	2,20	76,78	7746,2	116,34	460,37	68,92	10,33

ПОЛДНИК

129 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	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
-----------------	------------------	-----	------	------	------	--------	------	------	------	------	--------	--------	-------	------

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
535 СБ 2021Г	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ (2021).	50	5,49	6,23	34,64	216,59	0,09	0,05		15,9	13,25	53,00	8,38	0,72
Итого по подменю:			11,29	11,23	44,24	324,59	0,17	0,35	2,60	55,9	253,25	233,00	36,38	0,92

УЖИН


86 СБ 2012Г	САПАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,97	2,68	7,26	57,01	0,05	0,04	11,10		12,69	27,12	11,38	0,47
329 СБ 2021Г.	БИГУС СО СВИНИНОЙ(СБ 2021)	200	3,03	4,16	8,49	83,46	0,06	0,07	70,43		77,21	53,68	27,55	1,09
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	180/7	0,06	0,01	13,74	55,29			2,89		12,03	8,97	4,80	0,82
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:			5,64	6,97	38,41	240,00	0,14	0,12	84,42		107,22	114,15	49,48	3,09

Итого за день: 0,00 руб. 65,48 64,67 256,78 1882,27 1,13 3,21 169,92 7999,8 748,75 1189,84 235,85 20,17

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	32,30	32,37	21,85	26,32
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	55,76	44,75	37,12	41,78
Полдник (15 %)	20,91	18,72	16,95	18,03
Ужин (20 %)	10,44	11,62	14,72	13,33
Итого за день (85 - 105 %)	121,26	107,78	98,38	104,57

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

Директор  Теплоухов А.П./ Заб. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

День 6

Примерное Меню (3-7 лет)

№ 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
ЗАВТРАК														
65 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-й ВАРИАНТ)	10/10/5	2,69	6,24	0,97	70,83	0,01	0,05	1,07	43,0	94,00	63,10	5,80	0,17
180 СБ 2012Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,83	4,43	19,61	142,63	0,08	0,22	1,82	32,0	171,33	140,22	22,16	0,40
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0	70,25	53,25	11,40	0,92
Итого по подменю:			9,97	11,92	38,02	300,61	0,11	0,35	3,64	85,0	335,58	256,57	39,36	1,49

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30

ОБЕД

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ,	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	1,13		5,18	5,40	3,15	0,14
144 СБ 2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).	180	5,27	3,19	21,65	136,46	0,23	0,12	14,22	14,4	52,46	130,88	61,81	2,15
347 СБ 2021Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	70	12,02	12,06	9,97	196,63	0,06	0,11	0,71	13,4	26,16	115,74	14,88	8,06
386 СБ 2021Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(2021)	130	3,20	4,66	33,38	188,18	0,04	0,03		32,2	16,03	71,49	23,16	0,55
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	200	0,44	0,02	21,78	90,52		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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:			26,09	20,39	115,48	753,69	0,39	0,30	16,46	60,0	131,62	376,29	117,55	13,06

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР..	220	6,38	5,50	8,80	110,22	0,07	0,28	1,16		198,00	148,50	23,10	0,17
504 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (30)	ШТ	2,25	2,94	22,32	124,74	0,02	0,02			8,70	27,00	6,00	0,63
Итого по подменю:			8,63	8,44	31,12	234,96	0,09	0,30	1,16	36,0	206,70	175,50	29,10	0,80

№ 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	
69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.	50	0,69	5,04	4,02	64,20	0,01	0,02	4,52			17,38	19,73	9,98	0,64
376 СБ 2021Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(2021)	200	20,76	18,04	19,15	322,04	0,22	0,23	24,64	38,8		34,42	229,55	50,57	2,45
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:			23,03	23,20	41,13	466,65	0,26	0,26	29,25	38,8	66,18	281,09	70,26	4,57	
Итого за день: 0,00 руб.			68,32	64,55	240,45	1822,51	0,90	1,24	65,51	219,8	764,08	1105,95	269,77	23,22	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	18,46	19,87	14,57	16,70
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,70
Обед (35 %)	48,31	33,98	44,25	41,87
Полдник (15 %)	15,98	14,07	11,92	13,05
Ужин (20 %)	42,65	38,67	15,76	25,93
Итого за день (85 - 105 %)	126,52	107,58	92,13	101,25

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,5

Директор Труф /Теплоухов А.П./ Зав. производством

Д.П. //

Калькулятор Мель /Мельникова А.А./

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

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
ЗАВТРАК														
75 СБ 2021г.	СЫР(ПОРЦИОННО)2021	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,0	90,00	59,00	5,00	0,09
311 СБ 2012г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	180	16,17	23,82	4,27	296,59	0,11	0,61	0,90	342,2	147,14	278,78	22,99	2,86
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАР.)(2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,09	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
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:			23,29	29,22	29,53	475,41	0,17	0,81	2,27	385,2	361,24	440,78	44,59	3,32

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012г	МАНДАРИН (120)	ШТ	0,88	0,22	8,25	38,50	0,07	0,03	41,80		38,50	18,70	12,10	0,11
-----------------	----------------	----	------	------	------	-------	------	------	-------	--	-------	-------	-------	------

Итого по подменю:

			0,88	0,22	8,25	38,50	0,07	0,03	41,80		38,50	18,70	12,10	0,11
--	--	--	------	------	------	-------	------	------	-------	--	-------	-------	-------	------

ОБЕД

47 СБ 2018г	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (2018).	50	1,57	1,77	3,28	35,30	0,06	0,03	5,00	9,2	10,55	31,69	10,50	0,36
156 СБ 2012г	ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,76	4,17	7,71	75,36	0,06	0,06	25,69	15,0	41,16	44,76	19,06	0,67
303 СБ 2021г	СУФЛЕ РЫБНОЕ,(СБ 2021),	100	14,98	7,19	3,27	137,91	0,11	0,21	0,76	66,6	79,51	239,37	47,05	1,11
377 СБ 2021г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,73	0,14	0,11	21,31	27,1	37,16	80,74	27,06	0,99
494 СБ 2021г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(ИЗЮМ)(2021),	180	0,41	0,09	20,83	85,77	0,03	0,01			14,67	23,22	7,56	0,57
122 СБ 2012г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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:			26,12	18,73	80,95	599,43	0,45	0,44	52,76	117,9	192,34	457,16	119,78	4,63

ПОЛДНИК

531 СБ 2012г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
542 СБ 2021г	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (СБ 2021).	50	3,68	6,32	29,79	190,78	0,06	0,03		31,0	9,33	34,06	5,66	0,47

№ 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											
Итого по подменю:													11,68	9,32	58,39	364,18	0,11	0,26	0,90	46,0	195,33	176,56	28,16	0,62	
УЖИН																									
22 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021).	60	0,56	3,71	4,45	53,43	0,03	0,03	3,78			13,12	22,64	15,86	0,68										
279 СБ 2021Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..	150	31,27	8,68	22,68	293,92	0,07	0,40	0,70	81,1	238,11	327,18	34,53	0,85											
493 СБ 2012Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	2,55	16,65	98,19	0,02	0,11	0,30	12,6	92,10	65,70	10,20	0,06											
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША",	190			9,06	36,25			0,05			5,17	4,35	2,32	0,43										
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44											
Итого по подменю:													37,03	15,26	72,52	575,55	0,16	0,55	4,83	93,7	356,50	445,87	68,51	2,46	
Итого за день: 0,00 руб.													99,00	72,75	249,64	2053,07	0,96	2,09	102,56	642,9	1143,91	1539,07	273,14	11,14	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	43,13	48,70	11,31	26,41
Второй завтрак (5 %)	1,63	0,37	3,16	2,14
Обед (35 %)	48,37	31,27	31,02	33,31
Полдник (15 %)	21,63	15,53	22,37	20,23
Ужин (20 %)	68,57	25,43	27,79	31,98
Итого за день (85 - 105 %)	183,33	121,30	95,65	114,07

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,7:2,5

Директор Ильин /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор Мельникова А.А.

"Утверждаю" _____ //

ООО "Ника"

День 8

Примерное Меню (3-7 лет)

№ 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	
ЗАВТРАК															
79 СБ 2021г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05		0,01		20,0	1,20	1,50			0,01
235 СБ 2021г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).	180	6,79	6,70	32,81	219,42	0,08	0,16	1,17	36,0	124,00	198,86	27,07		0,77
508 СБ 2012г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)..	200	3,63	2,95	25,07	142,03	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75		0,82
125 СБ 2012г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90		0,36
Итого по подменю:			12,95	13,70	73,67	471,00	0,15	0,34	2,47	76,0	255,34	329,51	57,72		1,96

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012г	СОК ГРУШЕВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00		2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00		2,80

ОБЕД

60 СБ 2012г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,89	3,06	5,19	51,81	0,01	0,02	5,90		21,83	25,43	12,98		0,83
100 СБ 2021г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(2021)	200	2,07	4,31	13,83	102,41	0,09	0,06	14,09	15,0	24,85	63,42	21,50		0,80
328 СБ 2021г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ(2021)	200	4,56	5,17	34,52	203,21	0,25	0,16	46,71	24,0	35,33	129,97	52,66		2,11
476 СБ 2018 г.	КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)	180	0,12	0,11	23,14	93,96	0,01	0,01	2,68		8,29	9,88	2,41		0,63
122 СБ 2012г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80		0,22
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:			12,32	13,05	104,36	586,75	0,41	0,27	69,38	39,0	99,59	266,08	98,10		5,30

ПОЛДНИК

529 СБ 2012г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	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
503 СБ 2012г	ПРЯНИКИ (30)	ШТ	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:			6,97	14,18	28,35	270,30	0,10	0,31	2,60	41,8	242,40	192,60	29,80		0,38

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		
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ,	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	1,13			5,18	5,40	3,15	0,14	
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4		41,78	109,95	14,84	0,92	
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕННАЯ,*	150	3,63	5,15	15,53	122,97	0,07	0,09	78,74	27,2		92,62	67,50	34,11	1,29	
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,19	0,02	0,08	0,75	10,0		70,10	53,25	11,40	0,90	
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01				8,00	26,00	5,60	0,44	
Итого по подмену:			19,83	15,71	55,94	444,90	0,21	0,30	81,89	61,6	217,68	262,10	69,10	3,69		
Итого за день: 0,00 руб.			53,07	56,84	282,52	1864,95	0,89	1,24	160,34	218,4	829,01	1064,29	262,72	14,13		

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	23,98	22,83	28,23	26,17
Второй завтрак (5%)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35%)	22,81	21,75	39,98	32,60
Полдник (15%)	12,56	21,08	9,67	13,51
Ужин (20%)	36,72	26,18	21,43	24,72
Итого за день (85 - 105%)	97,93	92,18	107,05	102,11

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

Директор Труф /Теплоухов А.П./ Заг. производством _____ //

Калькулятор Мель /Мельникова А.А./

"Утверждаю" _____ //

ООО "Ника"

День 9

Примерное Меню (3-7 лет)

N рец.	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	
ЗАВТРАК															
65 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-й ВАРИАНТ)	10/10/5	2,69	6,24	0,97	70,83	0,01	0,05	1,07	43,0	94,00	63,10	5,80	0,17	
236 СБ 2021Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),	180	4,69	5,88	29,54	190,49	0,06	0,16	1,22	36,7	116,49	127,29	27,00	0,40	
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0	70,25	53,25	11,40	0,92	
Итого по подменю:			8,83	13,37	47,95	348,47	0,09	0,29	3,04	89,7	280,74	243,64	44,20	1,49	

2-ОЙ ЗАВТРАК

82 СБ 2018	ГРУША (170)	ШТ	0,72	0,54	18,54	81,90	0,04	0,05	9,00		34,20	28,80	21,60	4,14
Итого по подменю:			0,72	0,54	18,54	81,90	0,04	0,05	9,00		34,20	28,80	21,60	4,14

ОБЕД

47 СБ 2021Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ 2021)	50	0,69	3,09	4,34	48,00	0,03	0,02	5,33		11,89	22,76	10,13	0,43
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК..	180	1,64	1,86	12,37	72,78	0,06	0,05	13,09	9,9	41,64	52,04	23,02	1,19
356 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ,*	70	10,74	2,35	7,06	92,47	0,08	0,10	0,41	23,6	43,15	161,10	34,76	0,74
256 СБ 2021Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)	130	4,90	4,34	31,23	183,63	0,08	0,02		20,8	13,33	40,76	7,29	0,75
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	200	0,44	0,02	21,78	90,52		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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:			23,09	12,06	104,46	622,76	0,30	0,22	19,23	54,3	141,80	329,44	89,75	5,27

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР,	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
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	28,64	6,03	0,68
Итого по подменю:			8,65	11,08	42,21	303,13	0,11	0,29	1,18	34,8	190,28	163,64	27,03	0,83

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
133 СБ 2012Г	ИКРА МОРКОВНАЯ.	100	0,79	8,03	4,80	94,62	0,03	0,02	6,84		7,86	18,22	8,12	0,41
308 СБ 2016 Г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФ.С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУС.,	200/30	13,71	8,67	37,65	283,44	0,39	1,28	56,20	4272,2	31,36	282,63	54,95	5,43
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
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:			17,72	16,95	75,54	527,85	0,45	1,31	65,94	4272,2	57,56	335,02	74,06	7,46
Итого за день: 0,00 руб.			59,01	54,00	288,70	1884,11	0,99	2,16	98,39	4451,1	704,58	1100,54	256,64	19,19

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	16,35	22,28	18,37	19,36
Второй завтрак (5%)	1,33	0,90	7,10	4,55
Обед (35%)	42,76	20,10	40,02	34,60
Полдник (15%)	16,02	18,47	16,17	16,84
Ужин (20%)	32,81	28,25	28,94	29,33
Итого за день (85 - 105%)	109,28	90,00	110,61	104,67

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:4,9

Директор Лип /Теплоухов А.П./ Зав. производством

Калькулятор Мельникова А.А./

ООО "Ника"

День 10

Примерное Меню (3-7 лет)

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		
ЗАВТРАК																
79 СБ 2021Г.	МАСЛО	5	0,04	3,63	0,07	33,05		0,01			20,0	1,20	1,50			0,01
229 СБ 2021Г	СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021															
229 СБ 2021Г	КАША "ДРУЖБА"(2021).	180	4,78	6,02	25,53	176,09	0,06	0,15	1,19	36,3	117,32	136,42	23,63			0,44
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАР.)(2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,09	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00			0,13
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:			9,38	12,44	50,86	354,23	0,12	0,32	2,49	76,3	242,62	240,92	40,23			0,82

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00			2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00			2,80

ОБЕД

1 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.(СБ 2021)	100	1,54	6,08	9,32	98,19	0,03	0,04	36,00		41,24	29,71	16,10			0,56
117 СБ 2021Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	200	3,05	3,34	11,28	87,32	0,09	0,06	21,66		40,47	75,59	24,76			1,09
350 СБ 2021Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЕЖИКИ"	70	8,76	11,76	11,62	187,46	0,06	0,11	2,19	15,6	49,16	118,28	18,29			1,28
348 СБ 2016Г	ПОРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (2016),	130	3,30	3,94	16,34	114,06	0,13	0,12	32,11	20,3	55,03	92,60	41,84			1,24
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	180	0,14	0,14	17,00	69,88	0,01	0,01	3,60		6,17	3,96	3,24			0,83
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80			0,22
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:			21,47	25,66	93,24	692,27	0,37	0,36	95,56	35,9	201,36	357,52	112,78			5,93

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА.	200	5,80	8,00	8,00	127,20	0,04	0,26	0,60	40,0	248,00	184,00	28,00			0,20
564 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	50	4,05	4,32	24,98	154,96	0,06	0,04	0,03	28,0	17,30	41,76	6,66			0,50

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										
Итого по подменю:													9,85	12,32	32,98	282,16	0,10	0,30	0,63	68,0	265,30	225,76	34,66	0,70
УЖИН																								
72 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)**	20/20	1,74	0,28	23,48	103,32	0,02	0,01	0,10		6,60	14,80	4,00	0,50										
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	150	26,89	5,15	36,14	298,43	0,09	0,37	0,57	82,4	208,08	303,46	35,83	1,39										
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20	1,44	1,70	11,10	65,46	0,01	0,08	0,20	8,4	61,40	43,80	6,80	0,04										
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,54	38,16			0,06		5,88	4,95	2,64	0,49										
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:													33,23	7,37	98,10	593,85	0,15	0,47	0,93	90,8	287,25	391,39	55,02	3,13
Итого за день: 0,00 руб.													74,93	57,99	295,38	2014,51	0,76	1,47	103,61	271,1	1010,53	1229,59	250,69	13,38

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	17,37	20,73	19,49	19,68
Второй завтрак (5%)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35%)	39,76	42,77	35,72	38,46
Полдник (15%)	18,24	20,53	12,64	15,68
Ужин (20%)	61,54	12,28	37,59	32,99
Итого за день (85 - 105%)	138,76	96,65	113,17	111,92

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,9

Директор Л.П. Теплухов / Теплухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор Мельникова А.А. / Мельникова А.А./

ООО "Ника"

Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (3-7 лет)

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
День 1					
ЗАВТРАК					
СЫР(ПОРЦИОННО)2021			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0080 0,008		
Выход: 10, N рец.: 75 СБ 2021г., Порций: 1,00			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0008 0,001		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,2500 0,250		
ВЫХОД:	0,0100	0,010	ЗЕЛЕНЬ 0,0030 0,003		
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (2021),.			ВЫХОД: 0,2000 0,200		
Выход: 200, N рец.: 230 СБ 2021Г, Порций: 1,00			Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОЛОКО 2,5%	0,1053	0,105	МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0176 0,018		
ВОДА	0,0663	0,066	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ		
КРУПА МАННАЯ	0,0300	0,030	Выход: 200, N рец.: 17840891-2016, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0049	0,005	КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ "ВИТОШКА" 0,0200 0,020		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,0002	ВОДА 0,1950 0,195		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0049	0,005	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАР.)(2018).			ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0200 0,020		
Выход: 180, N рец.: 464 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ХЛЕБ РЖАНОЙ.		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0022	0,002	Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045	ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ) 0,0400 0,040		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009	ПОЛДНИК		
ВОДА	0,1440	0,144	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,		
ВЫХОД:	0,1800	0,180	Выход: 200, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН			ЙОГУРТ 2,5% 0,2000 0,200		
Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00			БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (СБ 2021).		
БАТОН.	0,0300	0,030	Выход: 50, N рец.: 541 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
2-ОЙ ЗАВТРАК			МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС 0,0327 0,033		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ			ВОДА 0,0150 0,015		
Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0042 0,004		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,2000	0,200	ЯЙЦО 0,0022 0,002		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0058 0,006		
ОБЕД			ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ) 0,0007 0,001		
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ Б/К И ОГУРЦОВ(СБ 2021),			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0005 0,001		
Выход: 80, N рец.: 5 СБ 2021г, Порций: 1,00			ВАНИЛИН 0,0002 0,0002		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0400	0,040	МУКА НА ПОДПЫЛ 0,0004 0,0004		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0312	0,031	ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ 0,0004 0,0004		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ 0,0004 0,0004		
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0040	0,004	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,0583 0,058		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,0002	ВЫХОД: 0,0500 0,050		
ВЫХОД:	0,0800	0,080	УЖИН		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).			САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		
Выход: 180, N рец.: 144 СБ 2013Г, Порций: 1,00			Выход: 60, N рец.: 60 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	0,0150	0,015	МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ 0,0560 0,056		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0030 0,003		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1170	0,117	ВЫХОД: 0,0600 0,060		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004	Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001	СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0590 0,059		
ВЫХОД:	0,1800	0,180	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ (ТТК)		
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ			Выход: 100, N рец.: ТТК(акт проработки), Порций: 1,00		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0450	0,045	МИНТАЙ С/М Б/Г 0,0810 0,081		
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0180 0,018		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0090	0,009	МОЛОКО 2,5% 0,0250 0,025		
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (СБ 2021)			ЯЙЦО 0,0030 0,003		
Выход: 200, N рец.: 330 СБ 2021Г, Порций: 1,00			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0010 0,001		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0730	0,073	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,1250 0,125		
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0600	0,060	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0050 0,005		
РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0552	0,055	МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ 0,1000 0,100		
МАССА РАССЫПЧАТОГО РИСА	0,1560	0,156	ВЫХОД: 0,1000 0,100		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).		
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0048	0,005	Выход: 130, N рец.: 377 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
			МОЛОКО 2,5% 0,0195 0,020		
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0058 0,006		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1053	0,105
ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)		
Выход: 180/7, Н 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, Н рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020

День 2

ЗАВТРАК

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021

Выход: 5, Н рец.: 79 СБ 2021г., Порций: 1,00

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
-----------------	--------	-------

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ..(СБ 2021)

Выход: 180, Н рец.: 268 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЯЙЦО	0,1200	0,120
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1950	0,195
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0029	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1800	0,180
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1850	0,185

ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, Н рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
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

БАТОН

Выход: 30, Н рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
--------	--------	-------

2-ОЙ ЗАВТРАК

ЯБЛОКО (150)

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

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1500	0,150
---------------	--------	-------

ОБЕД

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.(СБ 2021)

Выход: 60, Н рец.: 47 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0119	0,012
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0101	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 27%	0,0222	0,022
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0090	0,009
--------------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕННАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0150	0,015
-------------------------------	--------	-------

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СУП С М/ИЗД.И КАРТ.С ФРИКАДЕЛЬКАМИ(2021)		
Выход: 200/25, Н рец.: 129 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1700	0,170
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0100	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,2250	0,225
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0400	0,040
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0072	0,007
Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ(2021)		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0285	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0025	0,002
ЯЙЦО	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0250	0,025

БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*

Выход: 70, Н рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0520	0,052
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0130	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0180	0,018
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0028	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

КАПУСТА ТУШЕННАЯ,,*

Выход: 150, Н рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1575	0,158
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0068	0,007
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0030	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0048	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0060	0,006
--------------------------------	--------	-------

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)

Выход: 200, Н рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0200	0,020
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,2027	0,203
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

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

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

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)

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

МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
ПОВИДЛО	0,0250	0,025

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ЯЙЦО	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
ЯЙЦО	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 МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021).

Выход: 60, N рец.: 22 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0192	0,019
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0372	0,037
--------------------------------	--------	-------

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..

Выход: 150, N рец.: 279 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1380	0,138
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
КРУПА МАННАЯ	0,0090	0,009
ЯЙЦО	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0045	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0060	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВАНИЛИН	0,0002	
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,1770	0,177
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ

Выход: 30, N рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0300	0,030
-----------------------	--------	-------

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 ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040
--------------------	--------	-------

День 3

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-Й ВАРИАНТ)

Выход: 10/10/5, N рец.: 65 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0100	0,010
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ).*

Выход: 180, N рец.: 284 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0360	0,036
МОЛОКО 2,5%	0,1080	0,108
МАССА КАШИ	0,1404	0,140

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ДЛЯ СИРОПА:		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,004
ВОДА	0,0216	0,022
МАССА СИРОПА	0,0216	0,022
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0180	0,018
МАССА ЯБЛОК,ПРИПУЩЕННЫХ С	0,0396	0,040
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0072	0,007
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАР.)(2018)

Выход: 200, N рец.: 465 СБ 2018, Порций: 1,00

ВОДА	0,1100	0,110
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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 КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМ(СБ

Выход: 80, N рец.: 3 СБ 2021Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0432	0,043
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0288	0,029
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0016	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД:	0,0800	0,080

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 01.09-31.10 25%	0,0504	0,050
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0115	0,012
--------------------------------	--------	-------

ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,

Выход: 70/30, N рец.: 408 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1030	0,103
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0090	0,009
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ЖАРеной ПЕЧЕНИ	0,0700	0,070
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,1000	0,100

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0008	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
ВОДА	0,0165	0,017
СМЕТАНА 15%	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,0300	0,030

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 6/м(2021).

Выход: 130, N рец.: 213 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1040	0,104
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0325	0,033
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМ(2021)		
Выход: 200, N рец.: 494 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ИЗЮМ	0,0200	0,020
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0320	0,032
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,2030	0,203
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040
--------------------	--------	-------

ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

ПОЛДНИК

КЕФИР,

Выход: 200, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

БАРАНКИ (40)

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

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

УЖИН

ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ.,

Выход: 60, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0600	0,060
ВЫХОД:	0,0600	0,060

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ/СВИНИНА(2021)

Выход: 200, N рец.: 334 СБ 2021г., Порций: 1,00

СВИНИНА	0,1130	0,113
ЯЙЦО	0,0043	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0040	0,004
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0030	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2360	0,236
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%

	0,1550	0,155
--	--------	-------

СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.*

Выход: 20, N рец.: 454 СБ 2012Г, Порций: 1,00

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0005	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0005	0,001
ВОДА	0,0110	0,011
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,0200	0,020

ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".

Выход: 180, N рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0005	0,001
КОНЦЕНТРАТ НАПИТКА "ВИТОШКА"	0,0090	0,009
ВОДА	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

День 4

ЗАВТРАК

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),

Выход: 180, N рец.: 223 СБ 2021г., Порций: 1,00

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0450	0,045
МОЛОКО 2,5%	0,0864	0,086
ВОДА	0,0576	0,058
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

СЫР(ПОРЦИОННО)2021

Выход: 10, N рец.: 75 СБ 2021г., Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,0100	0,010

КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАКАО-ПОРОШОК	0,0030	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
ВОДА	0,1100	0,110
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,2000	0,200

БАТОН,

Выход: 20, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
--------	--------	-------

2-ОЙ ЗАВТРАК

МАНДАРИН (120)

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

МАНДАРИНЫ	0,1100	0,110
ВЫХОД:	0,1200	0,120

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.(СБ 2021)

Выход: 60, N рец.: 34 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЧЕСНОК	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕННАЯ ОЧИЩЕННАЯ
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0562	0,056
--	--------	-------

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ 2021)

Выход: 200/10, N рец.: 116 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0162	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0060	0,006
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0060	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА СУПА	0,2000	0,200
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,2100	0,210

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0400	0,040
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0072	0,007
--------------------------------	--------	-------

МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА (СБ 2021)

Выход: 70, N рец.: 321 СБ 2021, Порций: 1,00

СВИНИНА	0,0595	0,060
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0070	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0022	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0028	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0014	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088
ВЫХОД БЛЮДА:	0,0700	0,070

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%

	0,0112	0,011
--	--------	-------

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).

Выход: 130, N рец.: 377 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0195	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,1053 0,105

КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.

Выход: 180, N рец.: 517 СБ 2021Г, Порций: 1,00

КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ	0,0216	0,022
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1710	0,171
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040
--------------------	--------	-------

ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

ПОЛДНИК

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,

Выход: 200, N рец.: 531 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЙОГУРТ 2,5%	0,2000	0,200
-------------	--------	-------

ПРЯНИКИ,(60)

Выход: ШТ, N рец.: 603 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ПРЯНИКИ КГ	0,0600	0,060
------------	--------	-------

УЖИН

САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ(СБ 2021).

Выход: 60, N рец.: 43 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0350	0,035
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0096	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0060	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,0369 0,037

Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0056 0,006

РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ,(МИНТАЙ)

Выход: 150, N рец.: 348 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,1320	0,132
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0075	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0051	0,005
МАССА ЖАРеной РЫБЫ	0,1110	0,111
ЯЙЦО	0,0390	0,039
МОЛОКО 2,5%	0,0150	0,015
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0039	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
МАССА ОМЛЕТА	0,0510	0,051
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1575	0,158
ВЫХОД:	0,1500	0,150

ЧАЙ С МОЛОКОМ,.(2018)

Выход: 200, N рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
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

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

БАТОН

Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
--------	--------	-------

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

День 5

ЗАВТРАК

ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

Выход: ШТ, N рец.: 310 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЯЙЦО	0,0500	0,050
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,0500	0,050

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021

Выход: 5, N рец.: 79 СБ 2021г., Порций: 1,00

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
-----------------	--------	-------

КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ

Выход: 200, N рец.: 281 СБ 2021Г, Порций: 1,00

КРУПА ГЕРКУЛЕС	0,0308	0,031
ВОДА	0,0580	0,058
МОЛОКО 2,5%	0,1180	0,118
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА КАШИ	0,1950	0,195
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,2000	0,200

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАР.)(2018).

Выход: 180, N рец.: 464 СБ 2018Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0022	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1440	0,144
ВЫХОД:	0,1800	0,180

БАТОН

Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
--------	--------	-------

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

ОБЕД

ИКРА МОРКОВНАЯ

Выход: 60, N рец.: 133 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРеной ОЧИЩЕННОЙ	0,0450	0,045
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0108	0,011
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0067	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0452 0,045

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ

Выход: 200, N рец.: 142 СБ 2021Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0160	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0160	0,016
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0100	0,010
Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0320	0,032

ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)..

Выход: 90, № рец.: 359 СБ 2021г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0936	0,094
МАССА ПЕЧЕНИ ОБЖАРЕННОЙ	0,0630	0,063
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0045	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1125	0,113
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0900	0,090

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0011	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0011	0,001
ВОДА	0,0248	0,025
СМЕТАНА 15%	0,0225	0,023
ВЫХОД:	0,0450	0,045

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)

Выход: 130, № рец.: 256 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0442	0,044
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1248	0,125
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0052	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(2018)

Выход: 180, № рец.: 488 СБ 2018Г, Порций: 1,00

АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	0,0360	0,036
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0332	0,033
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1080	0,108
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

Выход: 200, № рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ (2021).

Выход: 50, № рец.: 535 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0229	0,023
ВОДА	0,0062	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
ЯЙЦО	0,0029	0,003
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
ДРОЖЖИ	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	0,000
ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0004	0,000
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0004	0,000
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0226	0,023
Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС		
САХАРНЫЙ ПЕСОК		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
ЯЙЦО		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)		
ВОДА		
ВЫХОД:	0,0500	0,050
ВЛАЖНОСТЬ: %		
Вх. рецепт: ФАРШ МОРКОВНЫЙ		
МАССА ГОТОВОЙ МОРКОВИ	0,0208	0,021
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0002	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,0208	0,021

УЖИН

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ

Выход: 50, № рец.: 86 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0417	0,042
ЛУК ЗЕЛЕНЬ	0,0084	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0429	0,043
---------------------------	--------	-------

БИГУС СО СВИНИНОЙ(СБ 2021)

Выход: 200, № рец.: 329 СБ 2021г., Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1500	0,150
СВИНИНА	0,0910	0,091
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0750	0,075
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0050	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0054	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПАССЕРОВАННЫХ ОВОЩЕЙ	0,1750	0,175
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2500	0,250
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0140	0,014
--------------------------------	--------	-------

ЧАЙ С ЛИМОНОМ.

Выход: 180/7, № рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
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 РЖАНОЙ

Выход: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

День 6

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-Й ВАРИАНТ)

Выход: 10/10/5, № рец.: 65 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0100	0,010
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Выход: 200, № рец.: 180 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,1400	0,140
ВОДА	0,0600	0,060

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001	ХЛЕБ РЖАНОЙ. Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00 ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0016	0,002			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0160	0,016			
ВЫХОД:	0,2000	0,200			
ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)			ПОЛДНИК		
Выход: 200, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00			КЕФИР..		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015	Выход: 220, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050	КЕФИР 2,5%	0,2200	0,220
ВОДА	0,1000	0,100	ВЫХОД:	0,2200	0,220
ВЫХОД:	0,2000	0,200	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (30)		
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА			Выход: ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0300	0,030
ВОДА	0,0540	0,054	УЖИН		
ВЫХОД:	0,0500	0,050	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.		
2-ОЙ ЗАВТРАК			Выход: 50, N рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКО (150)			ЧЕСНОК		
Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,0002		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1500	0,150	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
ОБЕД			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	0,000
ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ..			ВЫХОД:	0,0500	0,050
Выход: 60, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00			Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0600	0,060	СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%		
ВЫХОД:	0,0600	0,060	0,0450	0,045	0,045
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).			РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(2021)		
Выход: 180, N рец.: 144 СБ 2013Г, Порций: 1,00			Выход: 200, N рец.: 376 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	0,0150	0,015	ЦЫПЛЯТА БР	0,0970	0,097
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007	МАССА ТУШЕНОЙ ПТИЦЫ	0,0800	0,080
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1170	0,117	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,1800	0,180	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0450	0,045	МАССА СОУСА	0,0350	0,035
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2420	0,242
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0090	0,009	ВЫХОД БЛЮДА:	0,2000	0,200
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"			Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
Выход: 70, N рец.: 347 СБ 2021Г, Порций: 1,00			КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%		
ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0280	0,028	0,0930	0,093	0,093
ЦЫПЛЯТА БР	0,0266	0,027	Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОЛОКО 2,5%	0,0140	0,014	МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0119	0,012	0,0170	0,017	0,017
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0070	0,007	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000	Выход: 180, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0028	0,003	ВОДА	0,1350	0,135
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088	САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,0700	0,070	ВЫХОД:	0,1800	0,180
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(2021)			Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
Выход: 130, N рец.: 386 СБ 2021Г, Порций: 1,00			ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА		
ВОДА	0,0975	0,098	0,0009	0,001	0,001
РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0450	0,045	ВОДА	0,0486	0,049
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006	ВЫХОД:	0,0450	0,045
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003	ХЛЕБ РЖАНОЙ		
ВЫХОД:	0,1300	0,130	Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)			ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)		
Выход: 200, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00			0,0200		
СУХОФРУКТЫ	0,0200	0,020	День 7		
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024	ЗАВТРАК		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010	СЫР(ПОРЦИОННО)2021		
ВОДА	0,2027	0,203	Выход: 10, N рец.: 75 СБ 2021г., Порций: 1,00		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			ВЫХОД:	0,0100	0,010
Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00			ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020	Выход: 180, N рец.: 311 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
Стр. 7			ЯЙЦО	0,1107	0,111
			МОЛОКО 2,5%	0,0693	0,069
			МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1800	0,180
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0069	0,007
			МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1740	0,174
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД:	0,1800	0,180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАР.)(2018)		
Выход: 200, N рец.: 465 СБ 2018, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1100	0,110
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

2-ОЙ ЗАВТРАК

МАНДАРИН (120)		
Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАНДАРИНЫ	0,1100	0,110
ВЫХОД:	0,1200	0,120

ОБЕД

ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (2018).		
Выход: 50, N рец.: 47 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0500	0,050
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0023	0,002
ВЫХОД:	0,0523	0,052

ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ		
Выход: 200, N рец.: 156 СБ 2012г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0400	0,040
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0012	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0240	0,024
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0100	0,010

СУФЛЕ РЫБНОЕ,(СБ 2021),		
Выход: 100, N рец.: 303 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М БГ	0,0730	0,073
МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
ЯЙЦО	0,0175	0,018
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0024	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1250	0,125
ВЫХОД:	0,1000	0,100

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).		
Выход: 130, N рец.: 377 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0195	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1053	0,105

КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМ(2021),		
Выход: 180, N рец.: 494 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ИЗЮМ	0,0180	0,018
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0288	0,029
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1828	0,183
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД:	0,1800	0,180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		
Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020

ХЛЕБ РЖАНОЙ.		
Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040

ПОЛДНИК

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,		
Выход: 200, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЙОГУРТ 2,5%	0,2000	0,200

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (СБ 2021).		
Выход: 50, N рец.: 542 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0317	0,032
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0075	0,008
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0055	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ВОДА	0,0142	0,014
ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0604	0,060
ВЫХОД:	0,0500	0,050
ВЛАЖНОСТЬ: %	28,3333	28,333

УЖИН

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021).		
Выход: 60, N рец.: 22 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0192	0,019
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0372	0,037

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..		
Выход: 150, N рец.: 279 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,1380	0,138
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
КРУПА МАННАЯ	0,0090	0,009
ЯЙЦО	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0045	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВочные	0,0060	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВАНИЛИН	0,0002	
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,1770	0,177
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША",		
Выход: 190, N рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0005	0,001
КОНЦЕНТРАТ НАПИТКА "ВИТОШКА"	0,0095	0,010
ВОДА	0,1900	0,190
ВЫХОД:	0,1900	0,190

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		
Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040

День 8

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

ЗАВТРАК

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021

Выход: 5, N рец.: 79 СБ 2021г., Порций: 1,00

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
-----------------	--------	-------

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).

Выход: 180, N рец.: 235 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0612	0,061
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0360	0,036
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)..

Выход: 200, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАКАО-ПОРОШОК	0,0030	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
ВОДА	0,1100	0,110
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,2000	0,200

БАТОН

Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
--------	--------	-------

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 СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ

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

МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0560	0,056
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0590	0,059
-------------------------------	--------	-------

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(2021)

Выход: 200, N рец.: 100 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0102	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0001	
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0600	0,060
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0070	0,007
--------------------------------	--------	-------

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ(2021)

Выход: 200, N рец.: 328 СБ 2021г, Порций: 1,00

СВИНИНА	0,0830	0,083
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0700	0,070
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0078	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2670	0,267
ЗЕЛЕНЬ	0,0030	0,003
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0002	

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

ВЫХОД: 0,2000 0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1960	0,196
---------------------------	--------	-------

КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)

Выход: 180, N рец.: 476 СБ 2018 г., Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0268	0,027
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0090	0,009
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0005	0,001
ВОДА	0,0720	0,072

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

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

ПРЯНИКИ (30)

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

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

УЖИН

ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ.,

Выход: 60, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0600	0,060
ВЫХОД:	0,0600	0,060

БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*

Выход: 70, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0520	0,052
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0130	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0180	0,018
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0028	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

КАПУСТА ТУШЕННАЯ,,*

Выход: 150, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1575	0,158
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0068	0,007
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0030	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0048	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0060	0,006
--------------------------------	--------	-------

ЧАЙ С МОЛОКОМ,.(2018)

Выход: 200, N рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
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

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

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0400 0,040

День 9

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-Й ВАРИАНТ)

Выход: 10/10/5, N рец.: 65 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН. 0,0100 0,010
 СЫР ТВЕРДЫЙ 0,0100 0,010
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5% 0,0050 0,005
 ВЫХОД: 0,0250 0,025

КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),

Выход: 180, N рец.: 236 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5% 0,0936 0,094
 ВОДА 0,0648 0,065
 РИС КРУГЛЫЙ 0,0277 0,028
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0045 0,005
 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0002 0,0002
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0045 0,005
 ВЫХОД: 0,1800 0,180

ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0150 0,015
 МОЛОКО 2,5% 0,0500 0,050
 ВОДА 0,1000 0,100
 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

2-ОЙ ЗАВТРАК

ГРУША (170)

Выход: ШТ, N рец.: 82 СБ 2018, Порций: 1,00

ГРУШИ СВЕЖИЕ 0,1800 0,180

ОБЕД

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ 2021)

Выход: 50, N рец.: 47 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 0,0099 0,010
 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0084 0,008
 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0030 0,003
 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0001 0,0001
 ВЫХОД: 0,0500 0,050

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 27% 0,0135 0,014

Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0075 0,008

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕННАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0125 0,013

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 01.09-31.10 25% 0,0310 0,031

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0072 0,007

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

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0461 0,046

КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ,*

Выход: 70, N рец.: 356 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г 0,0560 0,056
 ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0133 0,013
 МОЛОКО 2,5% 0,0098 0,010
 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0010 0,001
 ЯЙЦО 0,0042 0,004
 МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,0833 0,083
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0014 0,001
 МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ 0,0700 0,070
 ВЫХОД: 0,0700 0,070

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)

Выход: 130, N рец.: 256 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 0,0442 0,044
 МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ 0,1248 0,125
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0052 0,005
 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0010 0,001
 ВЫХОД: 0,1300 0,130

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)

Выход: 200, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ 0,0200 0,020
 МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ 0,0240 0,024
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0100 0,010
 ВОДА 0,2027 0,203
 ВЫХОД: 0,2000 0,200

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0200 0,020

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ) 0,0400 0,040

ПОЛДНИК

КЕФИР,

Выход: 200, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)

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

МУКА НА ПОДПЫЛ 0,0004 0,0004
 ПОВИДЛО 0,0250 0,025
 ЯЙЦО 0,0004 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
 ЯЙЦО 0,0015 0,002
 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0004 0,0004
 ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ) 0,0008 0,001
 ВОДА 0,0112 0,011
 ВЫХОД: 0,0387 0,039
 ВЛАЖНОСТЬ: % 1,2771 1,277

УЖИН

ИКРА МОРКОВНАЯ.

Выход: 100, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРЕНОЙ ОЧИЩЕННОЙ 0,0750 0,075
 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0180 0,018
 ТОМАТНАЯ ПАСТА 0,0112 0,011
 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0080 0,008
 ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,0004 0,0004

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0012	0,001
ВЫХОД:	0,1000	0,100
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0753	0,075

ЗАПЕКАНКА КАРТОФ.С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУС.,

Выход: 200/30, № рец.: 308 СБ 2016 Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0517	0,052
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0033	0,003
МАССА ГОТОВОЙ ПЕЧЕНИ	0,0417	0,042
МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1810	0,181
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0133	0,013
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0017	0,002
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0010	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0017	0,002
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0033	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,2350	0,235
МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ	0,2000	0,200
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,2300	0,230

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 27%	0,1850	0,185
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ

ВОДА ИЛИ ОТВАР ОВОЩНОЙ	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,0300	0,030
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002

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 РЖАНОЙ.

Выход: 40, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040

День 10

ЗАВТРАК

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021

Выход: 5, № рец.: 79 СБ 2021г., Порций: 1,00		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005

КАША "ДРУЖБА"(2021).

Выход: 180, № рец.: 229 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0918	0,092
ВОДА	0,0630	0,063
РИС КРУГЛЫЙ	0,0135	0,014
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0099	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАР.)(2018)

Выход: 200, № рец.: 465 СБ 2018, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1100	0,110
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
БАТОН,		
Выход: 20, № рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ

Выход: 200, № рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ОБЕД

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.(СБ 2021)

Выход: 100, № рец.: 1 СБ 2021г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0790	0,079
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0050	0,005
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВОДА	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД:	0,1000	0,100

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0090	0,009
--------------------------------	--------	-------

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ

Выход: 200, № рец.: 117 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0300	0,030
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ФАСОЛЬ ЗЕРНО	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0300	0,030
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0072	0,007
--------------------------------	--------	-------

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЕЖИКИ"

Выход: 70, № рец.: 350 СБ 2021г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0350	0,035
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0180	0,018
ВОДА	0,0070	0,007
РИС КРУГЛЫЙ	0,0053	0,005
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0150	0,015
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0044	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0035	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,0700	0,070

Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,0300	0,030
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0024	0,002

ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (2016),

Выход: 130, № рец.: 348 СБ 2016Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0351	0,035
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	0,0176	0,018
МОЛОКО 2,5%	0,0098	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0046	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0610	0,061
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0445	0,045
--------------------------------	--------	-------

Чаименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.

Выход: 180, № рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0360	0,036
ВОДА	0,1548	0,155
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

ПОЛДНИК

РЯЖЕНКА.

Выход: 200, № рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ

Выход: 50, № рец.: 564 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0300	0,030
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ЯЙЦО	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
ЯЙЦО	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 Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 20/20, № рец.: 72 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0400	0,040

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.

Выход: 150, № рец.: 327 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1130	0,113
КРУПА МАННАЯ	0,0110	0,011
ЯЙЦО	0,0130	0,013
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ИЗЮМ	0,0150	0,015
ВАНИЛИН	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0040	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1670	0,167
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.

Выход: 20, № рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

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

ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"

Выход: 200, № рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0006	0,001
КОНЦЕНТРАТ НАПИТКА "ВИТОШКА"	0,0100	0,010
ВОДА	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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