



## ООО «НИКА»

«Утверждено»:

ООО «Ника»



*А.П. Тендюхов*

/А.П. Тендюхов/  
«09» Января 2024 г.



«Согласовано»:

Директор МАОУ «Гимназия №1»

г. Перми

*О.Ю. Казанцева*

/О.Ю. Казанцева/  
«09» Января 2024 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, 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. 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 НЕТТО по дням на одного питающегося, г(мл)										в среднем в день, г(мл)	Норма в день, г(мл)	Отклонен не от нормы, %	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
Дрожжи хлебопекарные				1,82	1,70				1,60			0,51	0,50	2,4
Какао-порошок		3,00			3,00							0,60	0,60	0,0
Картофель	155,30	102,30	207,00	180,30	29,70	114,00	135,30	201,80	142,30	202,00		147,00	140,00	5,0
Кондитерские изделия	2,00	35,00		20,00	25,00		56,00			55,00		19,10	20,00	-4,5
Кофейный напиток			2,00	2,40			2,00	2,00		2,00		1,24	1,20	3,3
Крупы (злаки), бобовые	74,70	11,00	31,70	50,00	45,00	66,90	38,70		85,20	36,40		43,96	43,00	2,2
Макаронные изделия			44,20	36,40				44,20				12,48	12,00	4,0
Масло коровье сладкосливочное	20,50	23,00	30,95	19,27	18,40	21,90	26,70	21,90	8,40	18,50		20,95	21,00	-0,2
Масло растительное	17,00	15,00	10,90	9,30	9,40	11,70	9,70	9,80	9,90	9,60		11,13	11,00	1,2
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	443,60	446,40	373,60	510,50	402,40	420,60	422,30	486,40	356,00	408,80		427,06	450,00	-5,1
Мука картофельная (крахмал)				14,60			14,60		2,00			3,12	3,00	4,0
Мука пшеничная хлебопекарная	17,60	24,00	38,25	24,81	50,70	16,50	31,20	31,50	43,50			27,81	29,00	-4,1
Мясо(безкостное/на кости)	28,00	60,08	113,00	170,50	49,00				40,00	83,00		54,36	55,00	-1,2
Напитки витаминизированные	20,00		9,00			10,00				10,00		4,90	5,00	-2,0
Овощи, зелень	108,00	294,40	133,70	144,50	402,90	215,00	151,30	154,52	370,60	121,40		209,63	220,00	-4,7
Печень(Субпродукты)			103,00			97,00			58,40	83,20		24,46	25,00	-2,2
Птица(куры 1 кат.порог/цыплята-бр.индейна)	26,60	52,00							52,00			22,76	24,00	-5,2
Рыба(филе) в т.ч. филе слабо- или малосоленое	88,00		32,00	64,80			60,40	76,50		32,00		35,37	37,00	-4,4
Сахар	28,20	35,50	24,10	31,85	32,30	28,50	35,50	34,00	30,90	33,50		31,44	30,00	4,8
Сметана с м.д.ж.не более 15%			15,00	16,00	40,00		10,00		25,00	6,00		11,20	11,00	1,0
Соник фруктовые (овощные)	200,00			200,00		200,00		200,00		150,00		95,00	100,00	-5,0
Соль пищевая поваренная	4,30	4,00	4,20	2,43	3,64	6,20	2,50	10,40	9,40	2,90		5,00	5,00	-0,1
Сыр неострый сортов (твердый, мягкий, плавленый)	10,00		7,00	10,00		10,00			10,00			5,70	6,00	-5,0
Творог, творожки, изд. с м.д.ж.не менее 5%	33,40	207,00	100,00	17,26	157,00	52,00	113,00			81,00		38,80	40,00	-3,0
Фрукты (плоды) свежие		15,00	22,70		18,00		15,00		18,00			10,67	11,00	-3,0
Фрукты (плоды) сухие												77,77	80,00	-2,8
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	114,65	93,00	23,00	93,20	51,00	44,70	145,10	127,00	20,00	66,00		48,00	50,00	-4,0
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40,00	60,00	60,00	30,00	50,00	50,00	30,00	40,00	60,00	60,00		0,60	0,60	0,0
Чай, включая фиточай	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	1,00	0,50	0,50	1,00	0,50		38,01	40,00	-5,0
Яйцо куриное диетическое	26,00	148,16	13,30	10,69	1,70	17,00	19,40	135,00	2,80	6,00				

**Итого в среднем на одного питающегося:**

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
		74,31	74,12	273,30
Минеральные вещества	Натрий, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	3175,61	3298,72	905,04	280,14
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	2321,56	-1,12	2,01	11,77
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1304,58	19,02

ООО "Ника"

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		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 1/2 (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
277 СБ 2012Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	170	5,35	5,56	27,07	180,43	0,07	0,15	1,17	34,8	117,07	105,15	17,48	0,39
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
Итого по подменю:			12,31	11,26	57,12	381,15	0,14	0,34	2,96	77,8	331,32	267,15	39,08	0,87
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>														
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**

3 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ БЕКАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ 2021)...	60	0,59	3,73	4,11	53,85	0,02	0,02	17,22		20,14	13,10	7,58	0,78
159 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ	200/10	6,20	3,51	25,01	156,76	0,23	0,08	14,20	16,0	36,57	88,29	33,87	1,94
347 СБ 2021Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	70	12,02	12,06	9,97	196,52	0,06	0,11	0,71	13,4	26,16	115,74	14,88	1,25
263 СБ 2012	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ,	130	4,15	5,78	18,64	143,23	0,14	0,07	26,0	11,74	99,55	65,22	2,22	
17840891- 2018	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	200			18,40	73,60	0,03	0,03	2,01	0,0				
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю:			26,22	25,32	93,97	712,44	0,52	0,32	34,14	55,4	103,81	359,08	131,55	7,43

**ПОЛДНИК**

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ,	210	6,09	5,25	10,08	113,40	0,08	0,32	2,73	42,0	252,00	189,00	29,40	0,21
274 СБ 2004	БАРАНКИ (40)	1ШТ	4,16	0,52	25,68	124,40	0,01	0,02	4,00		11,20	10,40	3,20	0,28
Итого по подменю:			10,25	5,77	35,76	237,80	0,09	0,34	6,73	42,0	263,20	199,40	32,60	0,49

**УЖИН**

34 СБ	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ (СБ 2021)	60	0,86	3,65	5,07	56,56	0,01	0,02	5,75		21,50	10,00	10,00	0,01
-------	----------------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

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	
348 СБ. 2012Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ, (МИНТАЙ),	100	18,40	11,12	5,97	197,97	0,13	0,23	0,57	75,8	65,44	277,32	54,29	1,48	
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021),	130	2,72	5,11	18,18	129,95	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:			23,56	20,05	48,31	468,69	0,30	0,37	30,53	102,9	140,17	404,95	101,64	4,31	
Итого за день: 0,00 руб.			73,34	62,60	255,36	1892,08	1,07	1,39	78,36	278,1	852,50	1244,58	312,87	15,90	

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	22,80	18,77	21,89	21,18
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	48,37	42,20	35,79	39,42
Полдник (15 %)	18,98	9,62	13,70	13,21
Ужин (20 %)	43,63	33,42	18,51	26,04
Итого за день (100 %)	135,63	104,33	97,63	104,96

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

Директор Т.И.Т. Теплоухов А.П./ Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор С.М.Ш. Мельникова А.А./

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 2

№ 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 Н/Б (1-й ВАР)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ..(СБ 2021)	200	19,40	24,45	5,00	318,23	0,13	0,72	1,08	370,1	178,33	333,51	27,90	3,46
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	25,07	142,51	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75	0,82
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,01	0,63		5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			26,82	32,48	55,84	624,79	0,22	0,90	3,43	410,1	313,47	477,16	61,15	4,89

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

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

**ОБЕД**

90 СБ 2012Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,75	6,10	4,40	76,02	0,03	0,02	5,64		13,20	24,49	11,08	0,47
83 СБ 2016 Г	СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ...	20/200	6,47	6,21	15,91	145,71	0,13	0,11	19,22	4,0	18,13	108,06	30,20	7,14
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4	39,21	109,43	14,68	0,90
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ..*	150	3,71	5,15	15,95	127,29	0,07	0,09	79,04	27,2	94,24	70,80	36,39	1,34
187 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ.	180	0,29	0,19	13,68	58,75	0,02	0,01	9,60		12,51	7,70	5,52	1,07
122 СБ 1012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ...	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
123 СБ 1012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю:			27,89	27,06	89,80	721,01	0,39	0,36	114,77	55,6	192,49	382,38	112,07	12,49

**ПОЛДНИК**

30 СБ 012Г	КЕФИР..	220	6,38	5,50	8,80	110,22	0,09	0,37	1,54	44,0	264,00	198,00	30,80	0,22
04 СБ 012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (2 ШТ)	35	2,63	3,43	26,04	145,53	0,03	0,02		3,5	10,15	31,50	7,00	0,74

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:													9,01	8,93	34,84	255,75	0,12	0,39	1,54	47,5	274,15	229,50	37,80	0,96
<b>УЖИН</b>																								
21 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021),	60	0,70	3,65	6,71	63,17	0,03	0,04	2,69				14,62	29,66	20,44	0,39								
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	150	26,89	10,23	36,14	349,37	0,09	0,37	0,57	82,4	303,46	35,83	1,39											
348 СБ 2016	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ,	50	0,98	2,25	6,76	51,37	0,01	0,04	0,33	13,8	25,05	3,85	0,07											
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (2018)	200			10,05	40,19			0,10			10,10	8,25	4,40	0,85									
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62									
Итого по подменю:													30,15	16,25	68,58	548,34	0,15	0,46	3,69	96,2	268,44	387,62	69,52	3,32

Итого за день: 0,00 руб. 94,47 85,32 263,76 2220,39 0,93 2,14 138,43 609,4 1072,55 1493,16 294,04 24,96

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	49,67	54,13	21,39	34,71
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,92
Обед (35 %)	51,65	45,10	34,41	40,06
Полдник (15 %)	16,69	14,88	13,35	14,21
Ужин (20 %)	55,83	27,08	26,28	30,46
Итого за день (100 %)	174,94	142,20	101,06	123,35

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:2,8

Директор Ильин Теллоухов А.П. / Зав. производством Ильин // Калькулятор Ильин / Мельникова А.А.

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 3

№ 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>														
75 СБ 2021Г.	СЫР(ПОРЦИОННО)(2021.	7	1,79	1,83		24,01		0,03	0,05	16,1	63,00	41,30	3,50	0,06
236 СБ 2021Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),	180	4,69	5,89	29,54	190,49	0,06	0,16	1,22	36,7	116,49	127,29	27,00	0,40
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
125 СБ 2012Г	БАТОН.	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,01	0,42		3,80	13,00	2,60	0,24
Итого по подменю:			9,43	9,55	57,19	353,92	0,10	0,28	2,34	62,8	243,74	226,59	40,10	0,80

Итого по подменю:

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

126 СБ 2012Г	МАНДАРИН (100)	ШТ	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	0,03	38,00		35,00	17,00	11,00	0,10
Итого по подменю:			0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	0,03	38,00		35,00	17,00	11,00	0,10

Итого по подменю:

**ОБЕД**

1 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ,(СБ 2021)	60	0,92	3,65	5,59	59,51	0,02	0,02	21,60		24,67	17,81	9,66	0,33
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,72	2,47	13,62	83,93	0,08	0,06	13,88	12,0	17,78	51,96	21,77	0,73
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70/30	18,90	16,36	6,50	249,74	0,32	2,27	34,04	8471,5	26,17	334,22	20,08	7,18
256 СБ 2021Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)	130	4,90	4,34	31,23	183,77	0,08	0,02	20,8		13,33	40,76	7,29	0,75
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	180	0,40	0,02	19,60	81,47		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	2,37	0,18	13,38	66,36	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:			29,21	27,02	89,92	724,78	0,53	2,39	69,88	8504,3	109,10	490,41	71,70	11,03

Итого по подменю:

**ПОЛДНИК**

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,06	0,30	1,20	20,0	248,00	190,00	30,00	0,20
549 СБ 2021Г	КЕКС "ДЕТСКИЙ"(2021)	50	3,23	10,28	27,30	234,91	0,05	0,07	0,60	70,5	18,44	47,38	10,20	0,71
Итого по подменю:			11,23	13,28	55,90	388,31	0,11	0,37	1,80	90,5	266,44	237,38	40,20	0,91

Итого по подменю:



№ 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
34 СБ 012Г	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
34 СБ 321Г.	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ(С-2021)	200	20,27	43,71	28,45	588,67	0,79	0,30	33,00	26,7	30,68	291,12	65,76	3,55
47 СБ 013	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)	30	1,04	1,86	2,81	32,33	0,02	0,05	0,39	12,0	37,74	28,97	4,51	0,06
30 СБ 012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".	180			8,58	34,34			0,05		4,90	4,13	2,20	0,41
23 СБ 012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	2,37	0,18	13,38	66,36	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:			24,51	51,80	56,06	796,78	0,85	0,38	38,87	38,7	100,74	379,66	91,94	5,71
Итого за день: 0,00 руб.			75,18	101,85	268,57	2303,79	1,65	3,45	150,89	8696,3	755,02	1351,04	254,94	18,55

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

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	17,46	15,92	21,91	19,66
Второй завтрак (5 %)	1,48	0,33	2,87	2,11
Обед (35 %)	54,09	45,03	34,45	40,27
Полдник (15 %)	20,65	22,12	21,26	21,46
Ужин (20 %)	45,39	86,33	22,25	44,38
Итого за день (100 %)	139,07	169,73	102,74	127,87

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,4:3,6

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

Калькулятор Мель Мельникова А.А./

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

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	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
63 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ ИБ (1-й ВАР)2021Г.	205/10	4,10	6,82	10,35	119,75	0,03	0,05	0,49	43,0	95,00	73,50	7,60	0,34
235 СБ 2021Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).	180	6,79	6,70	32,81	219,43	0,19	0,16	1,17	36,0	120,04	166,46	42,55	1,09
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАР.)(2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,09	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08
Итого по подменю:			12,34	14,78	55,54	406,27	0,24	0,29	2,31	89,0	275,34	284,96	57,15	1,51

**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, *	80	2,20	6,54	12,20	118,76	0,09	0,10	11,51		38,80	80,82	52,27	1,17
148 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,59	4,90	17,39	124,64	0,11	0,08	18,78	15,0	30,53	79,64	28,07	1,02
345 СБ 2012Г	КНЕПЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ С СОУСОМ..	80/30	12,79	8,59	7,03	157,03	0,10	0,16	1,27	67,5	84,87	206,57	43,55	0,79
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,95	0,14	0,11	21,31	27,1	37,16	80,74	27,06	0,99
517 СБ 2012Г	ЖИСЕЛЬ 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	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.	30	2,37	0,18	13,38	66,36	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:			24,21	25,50	92,12	700,31	0,49	0,47	53,19	109,6	203,83	493,22	161,68	5,21

**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
535.564 СБ 2021Г	ПИРОЖКИ,ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ(2021)	50	3,04	2,88	23,90	134,16	0,05	0,03	1,73	16,3	10,43	31,18	6,08	0,78
Итого по подменю:			8,84	7,88	33,50	242,16	0,13	0,33	4,33	56,3	250,43	211,18	34,08	0,98

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	
73 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-й ВАР.2021).	20/20	1,58	0,58	23,28	104,72	0,02	0,01	0,52		6,60	14,80	4,00	0,50	
252 СБ 2016Г	ЗАЛЕЛАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.	150	20,79	12,80	37,96	354,38	0,09	0,33	3,47		53,7	255,84	45,97	1,07	
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	50	3,60	4,25	27,75	164,00	0,03	0,19	0,50		21,0	109,50	17,00	0,10	
480 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.	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,01	0,42		3,80	13,00	2,60	0,24	
Итого по подменю:			28,92	19,46	111,72	742,69	0,18	0,62	-5,66		84,7	428,39	80,97	2,81	
Итого за день: 0,00 руб.			75,31	67,82	333,08	2183,43	1,06	1,73	69,49		339,6	1171,99	1449,75	341,88	13,31

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

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	22,85	24,63	21,28	22,57
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	44,83	42,50	35,30	38,91
Полдник (15 %)	16,37	13,13	12,84	13,45
Ужин (20 %)	53,56	32,43	42,80	41,26
Итого за день (100 %)	139,46	113,03	119,95	121,30

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:4,2

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

Калькулятор eShuf Мельникова А.А.

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 5

№ 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 Н/Б (1-Й ВАР)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
223 СБ 2021Г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021).	180	7,72	6,01	34,76	224,59	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	142,51	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75	0,82
Итого по подменю:			12,89	13,17	70,18	452,55	0,23	0,35	2,84	75,2	254,04	321,09	68,56	3,16

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ,	60	0,48	0,06	1,02	7,80	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
95 СБ 2021Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СБ 2021)	200/10	1,73	4,14	10,36	86,16	0,05	0,06	17,76	15,0	42,13	47,54	21,26	0,95
303 СБ 2016 г	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ (1-Й ВАР.).	80/30	14,02	19,01	12,64	277,82	0,08	0,16	2,44	64,2	62,06	167,92	23,13	16,51
258 СБ 2021Г	МАКАРОН ИЗД.ОТВ.С ОВОЩАМИ/ЗЕЛ.ГОРОШ.(2021)	130	4,67	3,35	28,42	163,07	0,09	0,04	4,01	15,6	20,53	53,31	15,75	0,90
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА-(2018)	180	0,61	0,25	17,68	87,05	0,01	0,05	180,00		11,07	3,06	3,06	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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			24,61	27,09	88,88	713,02	0,28	0,34	207,21	94,8	158,19	320,43	79,40	20,13

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР.	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
530 СБ 2021Г	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)	50	3,13	1,67	35,25	168,52	0,05	0,03	0,13	8,2	10,91	28,07	6,43	0,71
Итого по подменю:			8,93	6,67	43,25	268,72	0,13	0,37	1,53	48,2	250,91	208,07	34,43	0,91

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	
33 СБ 2012г	САЛАТ "СТЕПНОЙ".	50	0,90	5,11	4,85	69,49	0,04	0,03	5,59			12,58	29,76	14,58	0,43
329 СБ 2021г.	БИГУС(С-2021)	200	16,75	34,52	11,56	426,57	0,55	0,23	79,37			101,57	227,46	64,07	2,96
459 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ(2018)	200г	0,06	0,01	10,26	41,35			2,90			12,90	9,79	5,24	0,89
123 СБ 2012г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	2,37	0,18	13,38	66,36	0,03	0,01				6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:			20,08	39,82	40,05	603,77	0,62	0,27	87,86			133,95	298,81	91,39	5,21
Итого за день: 0,00 руб.			67,11	87,35	257,06	2108,56	1,31	1,36	314,44	218,3	821,09	1164,90	287,28	32,71	

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,87	21,95	26,89	25,14
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,92
Обед (35 %)	45,57	45,15	34,05	39,61
Полдник (15 %)	16,54	11,12	16,57	14,93
Ужин (20 %)	37,19	66,37	15,34	33,54
Итого за день (100 %)	124,28	145,58	98,49	117,14

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

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

Калькулятор Мельникова А.А.

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 6

№ рецеп.	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/В (2-й ВАРИАНТ),*	200/10	4,10	6,82	10,35	119,75	0,03	0,05	0,49	43,0	95,00	73,50	7,60	0,34
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ТЕРЮЛЕСА" ЖИДКАЯ	180	6,52	7,63	26,77	202,62	0,17	0,19	1,38	39,2	145,64	188,31	50,76	1,15
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:			12,07	15,70	54,56	409,52	0,22	0,32	2,62	92,2	310,89	315,06	69,76	2,41

**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**

2 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ БИКАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И ЯБЛОКАМИ.*	80	1,09	8,12	4,82	97,82	0,03	0,03	22,92		28,77	24,86	14,82	0,74
134 СБ 2021Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ(2021).	250/10	3,75	4,86	17,38	129,28	0,09	0,11	18,18	27,5	79,82	87,06	28,60	0,86
341 СБ 2021Г.	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	70	11,48	10,38	9,30	172,46	0,05	0,12	0,67	19,1	23,62	121,47	14,74	1,64
385 СБ 2021Г	РИС ОТВАРНОЙ(2021)	130	3,28	4,74	34,26	192,85	0,04	0,03		23,6	15,05	73,10	23,69	0,55
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	180	0,14	0,14	17,00	70,81	0,01	0,01	3,60		6,17	3,96	3,24	0,83
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	2,37	0,18	13,38	66,36	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:			22,11	28,42	95,14	729,58	0,25	0,31	45,37	70,2	160,33	342,25	92,59	5,55

**ПОЛДНИК**

331 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,06	0,30	1,20	20,0	248,00	190,00	30,00	0,20
550 СБ 2021Г	МАНИК (СБ 2021)	50	3,16	3,53	16,49	110,43	0,03	0,08	0,13	34,7	31,59	47,51	6,17	0,43
Итого по подменю:			11,16	6,53	45,09	283,83	0,09	0,38	1,33	54,7	279,59	237,51	36,17	0,63

**УЖИН**

14 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.(СБ 2021)	60	1,69	3,71	9,88	79,52	0,02	0,05	11,15		42,05	48,26	24,58	1,56
----------------	--------------------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	-------	--	-------	-------	-------	------

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
376 СБ 2021Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(2021)	200	20,76	18,04	19,15	322,87	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	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			24,03	21,87	46,99	482,80	0,26	0,29	35,88	38,8	90,16	306,44	84,11	5,40

Итого за день: 0,00 руб. 70,37 72,72 261,98 1997,73 0,84 1,32 89,20 256,0 854,97 1215,26 290,63 16,79

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	22,35	26,17	20,90	22,75
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	40,94	47,37	36,45	40,53
Полдник (15 %)	20,67	10,88	17,28	15,77
Ужин (20 %)	44,50	36,45	18,00	26,82
Итого за день (100 %)	130,31	121,20	100,38	110,98

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

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

Калькулятор Мельникова Мельникова А.А.

ООО "Ника".

## Примерное Меню (3-7 лет)

День 7

№ 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	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
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
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по полдню:			10,20	10,33	57,19	364,21	0,11	0,28	2,36	69,7	270,74	244,29	41,60	0,83

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

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

**ОБЕД**

26 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(2021).	80	1,15	4,87	6,76	75,41	0,02	0,03	7,68		29,15	33,27	16,94	1,08
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	2,13	4,71	9,52	89,83	0,07	0,07	31,61	15,0	47,08	53,76	23,20	0,82
307 СБ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (2018).	90	12,96	5,28	13,56	153,91	0,10	0,13	0,60	30,4	62,02	189,18	39,71	0,87
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,95	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	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по полдню:			23,60	20,43	90,72	643,79	0,39	0,36	61,52	72,5	189,58	404,80	117,94	4,91

**ПОЛДНИК**

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	220	6,38	5,50	10,56	118,80	0,09	0,33	2,86	44,0	264,00	198,00	30,80	0,22
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ "МАРИЯ"(ЗШТ)	36	3,06	4,07	25,09	149,22	0,04	0,02		23,4	14,76	31,32	5,40	0,36

Итого по полдню:

9,44 9,57 35,65 268,02 0,13 0,35 2,86 67,4 278,76 229,32 36,20 0,58

**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
72 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №Б (1-й ВАР. 2021Г).	20/10/20	1,56	7,83	23,41	170,82	0,03	0,02	0,52	40,0	9,00	17,80	4,00	0,52
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	150	26,89	10,23	36,14	349,37	0,09	0,37	0,57	82,4	208,08	303,46	35,83	1,39
446 СБ 2013г.	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..	30	0,79	1,45	4,93	36,07	0,01	0,04	0,29	9,3	27,59	21,64	3,34	0,05
636 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,54	38,16			0,06		5,88	4,95	2,64	0,49
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: 32,38 19,83 93,70 688,18 0,17 -0,44 37,44 131,7 258,55 373,85 51,41 2,89

Итого за день: 0,00 руб. 76,22 60,76 291,96 2034,70 0,85 1,46 83,18 341,3 1021,63 1268,76 260,65 12,51

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

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	18,89	17,22	21,91	20,23
Второй завтрак (5%)	1,11	1,00	5,63	3,92
Обед (35%)	43,44	33,87	34,62	35,60
Полдник (15%)	17,48	15,95	13,66	14,89
Ужин (20%)	59,96	33,05	35,90	38,23
Итого за день (100%)	140,89	101,08	111,73	112,87

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

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

Калькулятор Мель / Мельникова А.А.

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
<b>ЗАВТРАК</b>														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И/Б (1-й ВАР)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, (СБ 2021)	200	19,40	24,45	5,00	318,23	0,13	0,72	1,08	370,1	178,33	333,51	27,90	3,45
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,01	0,63		5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			26,09	32,04	50,54	596,30	0,22	0,89	3,43	410,1	309,48	457,51	48,40	4,22

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

2 СБ 2021Г	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(2021)..	80	1,13	4,14	5,44	64,87	0,03	0,04	23,19		44,57	29,41	16,94	0,98
120 СБ 2021Г	УХА РЫБАЦКАЯ (2021)	200	5,42	1,98	12,49	89,74	0,12	0,08	15,66	10,4	25,48	107,62	31,43	0,96
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4	39,21	109,43	14,68	0,90
256 СБ 2021Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)	130	4,90	4,34	31,23	183,77	0,08	0,02		20,8	13,33	40,76	7,29	0,75
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)	180	0,61	0,25	17,68	87,05	0,01	0,05	180,00		11,07	3,06	3,06	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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			26,39	19,92	92,86	670,99	0,35	0,32	220,12	55,6	142,26	324,48	81,20	5,00

ПОЛДНИК


530 СБ 2012Г	КЕФИР*	210	6,09	5,25	8,40	105,21	0,08	0,36	1,47	42,0	252,00	189,00	29,40	0,21
274 СБ 2004	БАРАНИК (40)	1ШТ	4,16	0,52	25,68	124,40	0,01	0,02	4,00		11,20	10,40	3,20	0,28

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:													10,25	5,77	34,08	229,61	0,09	0,38	5,47	42,0	263,20	199,40	32,60	0,49
<b>УЖИН</b>																								
133 СБ 2012Г	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,65	4,91	9,09	88,85	0,07	0,08	8,62		29,12	60,64	39,21	0,88										
364 СБ 2021Г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (2021)	200	14,64	7,01	34,43	260,39	0,39	1,41	55,23	4805,6	32,20	296,53	52,63	5,77										
447 СБ 2013	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)	30	1,04	1,86	2,81	32,33	0,02	0,05	0,39	12,0	37,74	28,97	4,51	0,06										
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)	180	1,31	1,13	11,20	60,47	0,02	0,07	0,68	9,0	63,09	47,93	10,26	0,81										
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62										
Итого по подменю:													20,22	15,03	66,45	486,28	0,52	1,62	64,92	4826,6	166,75	455,27	111,61	8,14
Итого за день: 0,00 руб.													83,95	72,96	264,13	2075,18	1,20	3,23	297,94	5334,3	895,69	1450,66	281,81	20,65

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	48,31	53,40	19,36	33,13
Второй завтрак (5 %)	1,85	0,33	7,74	5,11
Обед (35 %)	48,87	33,20	35,58	37,28
Полдник (15 %)	18,98	9,62	13,06	12,76
Ужин (20 %)	36,35	24,97	24,27	26,14
Итого за день (100 %)	154,37	121,52	100,01	114,41

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

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

Калькулятор  Мельникова А.А./

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 9

№ 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 И/Б (2-Й ВАРИАНТ),	20/10	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ*	180	6,90	5,61	32,66	209,24	0,15	0,19	1,29	34,2	157,97	228,66	34,23	0,88
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:			12,41	10,05	60,38	383,09	0,20	0,31	2,53	67,2	322,02	353,91	53,23	2,13

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

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

**ОБЕД**

430 СБ 2021	МАРИНАД ОВОШНОЙ БЕЗ ТОМАТА(2021)	100	1,83	10,18	15,06	160,78	0,08	0,09	9,65		44,35	80,04	45,86	1,03
98 СБ 2021Г	СВЕКОЛЬНИК (СБ 2021).	200/5	1,87	3,22	13,69	91,43	0,06	0,06	14,74	7,5	37,72	56,30	24,89	1,23
382 СБ 2012Г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	8,98	8,70	7,05	142,94	0,05	0,09	27,60	12,0	42,74	107,18	22,18	1,60
183 СБ 2021Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ (СБ 2021).	130	2,63	5,89	20,38	145,55	0,15	0,08	24,98		29,59	83,90	30,06	1,31
495 СБ 2018Г	КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,02	19,60	81,47		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю:			18,87	28,25	93,62	710,65	0,38	0,34	77,33	19,5	183,85	383,68	138,39	7,52

**ПОЛДНИК**

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,06	0,30	1,20	20,0	248,00	190,00	30,00	0,20
539 СБ 2021Г	ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ	50	2,77	1,96	27,16	138,25	0,05	0,04	3,29	11,6	19,80	33,91	7,51	1,06
Итого по подменю:			10,77	4,96	55,76	311,65	0,11	0,34	4,49	31,6	267,80	223,91	37,51	1,26

**УЖИН**

121 СБ	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ,	50	0,48	0,06	1,02	7,80	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
--------	-------------------	----	------	------	------	------	------	------	------	--	-------	-------	------	------

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
359 СБ 2021г	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)*	50/30	15,94	11,86	8,60	205,68	0,26	1,85	27,52	6856,4	26,93	278,15	17,44	5,85
241 СБ 2021г	РИС С ОВОЩАМИ (2021).	130	4,00	4,65	35,81	201,47	0,11	0,05	3,94		23,02	123,43	43,13	1,21
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
123 СБ 2012г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			22,06	16,70	63,60	496,52	0,40	1,92	37,35	6856,4	80,24	446,15	78,77	8,85

Итого за день: 0,00 руб. 64,71 60,56 288,06 1972,41 1,14 2,94 136,70 6974,7 877,91 1424,15 321,40 23,06

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

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	22,98	16,75	23,13	21,28
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,92
Обед (35 %)	34,94	47,08	35,87	39,48
Полдник (15 %)	19,94	8,27	21,36	17,31
Ужин (20 %)	40,85	27,83	24,37	27,58
Итого за день (100 %)	119,83	100,93	110,37	109,58

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:4,5

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

Калькулятор Мельникова А.А.

ООО "Ника"

День 10

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
<b>ЗАВТРАК</b>														
108 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И/Б (2-й ВАР.)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
229 СБ 2021Г	КАША "ДРУЖБА"(2021).	180	4,78	6,02	25,53	176,09	0,09	0,15	1,19	36,3	116,23	127,51	27,89	0,53
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по подменю:			7,77	11,49	53,25	348,56	0,13	0,24	2,26	66,3	181,68	187,01	37,49	0,88

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ГРУШЕВЫЙ.	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	69,00	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10

**ОБЕД**

1 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ,(СБ 2021)	60	0,92	3,65	5,59	59,51	0,02	0,02	21,60		24,67	17,81	9,66	0,33
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,72	2,47	13,62	83,93	0,08	0,06	13,88	12,0	17,78	51,96	21,77	0,73
328 СБ 2021Г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С-2021)	200	1,67	32,83	35,34	504,24	0,69	0,28	47,71	24,0	44,24	271,89	73,98	3,60
487 СБ 2021Г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (СБ 2021)	200	0,33	0,21	15,23	65,42	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			22,64	39,44	88,54	804,22	0,85	0,39	93,87	36,0	109,22	384,44	119,37	6,70

**ПОЛДНИК**

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ..	220	6,38	5,50	10,56	118,80	0,09	0,33	2,86	44,0	264,00	198,00	30,80	0,22
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (2 ШТ)	35	2,63	3,43	26,04	145,53	0,03	0,02		3,5	10,15	31,50	7,00	0,74
Итого по подменю:			9,01	8,93	36,60	264,33	0,12	0,35	2,86	47,5	274,15	229,50	37,80	0,96

**УЖИН**

73 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И/Б (2-й ВАР 2021).	20/20	1,58	0,58	23,28	104,72	0,02	0,01	0,52		6,60	14,80	4,00	0,50
----------------	--	-------	------	------	-------	--------	------	------	------	--	------	-------	------	------

№ 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
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ,	150	20,79	12,80	37,96	354,38	0,09	0,33	3,47	53,7	194,39	255,84	45,97	1,07
483 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕНОЕ.	20	1,44	1,70	11,10	65,60	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	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю:			26,97	15,32	99,72	651,34	0,16	0,43	4,25	62,1	277,47	361,19	69,41	3,34
Итого за день: 0,00 руб.			67,14	75,33	293,26	2137,45	1,28	1,43	106,24	211,9	853,02	1173,24	270,07	13,98

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	14,39	19,15	20,40	19,36
Второй завтрак (5 %)	1,39	0,25	5,80	3,83
Обед (35 %)	41,67	65,70	33,61	44,45
Полдник (15 %)	16,69	14,88	14,02	14,68
Ужин (20 %)	49,94	25,53	38,21	36,19
Итого за день (100 %)	124,07	125,52	112,05	118,52

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

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

Калькулятор Мельников 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
<b>День 1</b>			<b>МОЛОКО 2,5%</b>		
			0,0140 0,014		
			<b>ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА</b>		
			0,0119 0,012		
			<b>СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ</b>		
			0,0070 0,007		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0002 0,003		
			<b>МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ</b>		
			0,0028 0,088		
			<b>МАССА ПОЛУФАБРИКАТА</b>		
			0,0875 0,070		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0700 0,070		
			<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ,</b>		
			<b>Выход: 130, N рец.: 283 СБ 2012, Порций: 1,00</b>		
			<b>КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА</b>		
			0,0325 0,033		
			<b>ВОДА</b>		
			0,0975 0,099		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0010 0,001		
			<b>МАСЛО СЛИВОЧНОЕ</b>		
			0,0065 0,007		
			<b>МАССА КАШИ</b>		
			0,1248 0,125		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,1300 0,130		
			<b>КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ</b>		
			<b>Выход: 200, N рец.: 17840891-2016, Порций: 1,00</b>		
			<b>КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ "ВИТОШКА"</b>		
			0,0200 0,020		
			<b>ВОДА</b>		
			0,1950 0,195		
			<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ.</b>		
			<b>Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)</b>		
			0,0400 0,040		
			<b>ПОЛДНИК</b>		
			<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.,</b>		
			<b>Выход: 210, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>МОЛОКО 2,5%</b>		
			0,2100 0,210		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,2100 0,210		
			<b>БАРАНКИ (40)</b>		
			<b>Выход: 1ШТ, N рец.: 274 СБ 2004, Порций: 1,00</b>		
			<b>БАРАНКИ ПРОСТЫЕ</b>		
			0,0400 0,040		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0400 0,040		
			<b>УЖИН</b>		
			<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(2021).</b>		
			<b>Выход: 60, N рец.: 26 СБ 2021Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ</b>		
			0,0547 0,055		
			<b>МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ</b>		
			0,0036 0,004		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0001 0,000		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0600 0,060		
			<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
			<b>СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%</b>		
			0,0576 0,058		
			<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ, (МИНТАЙ),.</b>		
			<b>Выход: 100, N рец.: 348 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>МИНТАЙ С/М БГ</b>		
			0,0880 0,088		
			<b>МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С</b>		
			0,0050 0,005		
			<b>МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ</b>		
			0,0070 0,007		
			<b>МАССА ЖАРЕННОЙ РЫБЫ</b>		
			0,0740 0,074		
			<b>ЯЙЦО</b>		
			0,0260 0,026		
			<b>МОЛОКО 2,5%</b>		
			0,0100 0,010		
			<b>МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С</b>		
			0,0024 0,003		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0007 0,001		
			<b>МАССА ОМЛЕТА</b>		
			0,0340 0,034		
			<b>МАССА ПОЛУФАБРИКАТА</b>		
			0,1050 0,105		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,1000 0,100		
			<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).</b>		
			<b>Выход: 130, N рец.: 377 СБ 2021Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>МОЛОКО 2,5%</b>		
			0,0195 0,020		
			<b>МАСЛО СЛИВОЧНОЕ</b>		
			0,0058 0,006		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0005 0,001		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,1300 0,130		
			<b>ЗАВТРАК</b>		
			<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
			<b>Выход: 20/10, N рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>СЫР ТВЕРДЫЙ</b>		
			0,0100 0,010		
			<b>БАТОН.</b>		
			0,0200 0,020		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0300 0,030		
			<b>КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ),.</b>		
			<b>Выход: 170, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>КРУПА МАННАЯ</b>		
			0,0262 0,026		
			<b>МОЛОКО 2,5%</b>		
			0,0901 0,090		
			<b>ВОДА</b>		
			0,0595 0,060		
			<b>САХАРНЫЙ ПЕСОК</b>		
			0,0042 0,004		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0007 0,001		
			<b>МАССА КАШИ</b>		
			0,1632 0,163		
			<b>МАСЛО СЛИВОЧНОЕ</b>		
			0,0042 0,004		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,1700 0,170		
			<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
			<b>Выход: 200, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>		
			0,0020 0,002		
			<b>МОЛОКО 2,5%</b>		
			0,1000 0,100		
			<b>САХАРНЫЙ ПЕСОК</b>		
			0,0150 0,015		
			<b>ВОДА</b>		
			0,1200 0,120		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,2000 0,200		
			<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
			<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		
			<b>Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ.</b>		
			0,2000 0,200		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,2000 0,200		
			<b>ОБЕД</b>		
			<b>САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ 2021),.</b>		
			<b>Выход: 60, N рец.: 3 СБ 2021Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>КАПУСТА СВЕЖАЯ</b>		
			0,0324 0,032		
			<b>ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ</b>		
			0,0264 0,026		
			<b>МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ</b>		
			0,0036 0,004		
			<b>ЛИМОННАЯ КИСЛОТА</b>		
			0,0003 0,000		
			<b>ВОДА ДЛЯ РАЗВЕДЕНИЯ</b>		
			0,0030 0,003		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0001 0,000		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0600 0,060		
			<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ</b>		
			<b>Выход: 200/10, N рец.: 158 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>ГОРОХ КОЛОТЫЙ</b>		
			0,0160 0,016		
			<b>ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ</b>		
			0,0020 0,002		
			<b>ЛУК РЕПЧАТЫЙ</b>		
			0,0080 0,008		
			<b>МАСЛО СЛИВОЧНОЕ</b>		
			0,0040 0,004		
			<b>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</b>		
			0,0010 0,001		
			<b>БУЛЬОН ИЛИ ВОДА</b>		
			0,1300 0,130		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,2100 0,210		
			<b>Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА</b>		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0100 0,010		
			<b>ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА</b>		
			0,0158 0,016		
			<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
			<b>КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%</b>		
			0,0500 0,050		
			<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
			<b>МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%</b>		
			0,0080 0,008		
			<b>КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"</b>		
			<b>Выход: 70, N рец.: 347 СБ 2021Г, Порций: 1,00</b>		
			<b>ГОВЯДИНА ЛОПАТКА</b>		
			0,0260 0,026		
			<b>ЦЫПЛЯТА БР</b>		
			0,0266 0,027		



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,1053	0,105
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)</b>		
Выход: 180Г, № 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
<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

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020

## День 2

### ЗАВТРАК

<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-й ВАР)</b>		
Выход: 20/5, № рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,0250	0,025

<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,(СБ 2021)</b>		
Выход: 200, № рец.: 268 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦО	0,1334	0,133
МОЛОКО 2,5%	0,0834	0,083
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,2168	0,217
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0034	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,2000	0,200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,2050	0,205

<b>КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)</b>		
Выход: 200, № 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

<b>БАТОН</b>		
Выход: 30, № рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН	0,0300	0,030

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

<b>ЯБЛОКО (150)</b>		
Выход: ШТ, № рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1500	0,150

### ОБЕД

<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ</b>		
Выход: 60, № рец.: 90 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0180	0,018
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
ВЫХОД:	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0132	0,013
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0060	0,006
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0090	0,009

<b>СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ...</b>		
Выход: 20/200, № рец.: 83 СБ 2018 Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ВОДА	0,1400	0,140
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0001	
ВЫХОД:	0,1990	0,198
ВЫХОД С МЯСН ФРИКАД	0,2200	0,220
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0891	0,089
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0080	0,008
<b>Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ</b>		
ГОВЯДИНА(МЯСО БЕСКОСТНОЕ)	0,0251	0,025
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0022	0,002
ЯЙЦО	0,0018	0,002
ВОДА	0,0022	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0315	0,031
ВЫХОД:	0,0220	0,022

<b>БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*</b>		
Выход: 70, № 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	0,0021	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.*</b>		
Выход: 150, № 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 В/С	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0060	0,006

<b>КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ.</b>		
Выход: 180, № рец.: 487 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1620	0,162
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0440	0,044
ЛИМОНЫ	0,0130	0,013
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,1800	0,180

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,...</b>		
Выход: 30, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0300	0,030

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

### ПОЛДНИК

<b>КЕФИР..</b>		
Выход: 220, № рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,2200	0,220
ВЫХОД:	0,2200	0,220

<b>ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (2 ШТ)</b>		
Выход: 35, № рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0350	0,035

### УЖИН

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

**САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..**

Выход: 60, N рец.: 21 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ  
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0538 0,054

**ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.**

Выход: 150, N 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
ИЗОМ БЕЛЫЙ	0,0150	0,015
ВАНИЛИН	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0040	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1670	0,167
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..**

Выход: 50, N рец.: 369 СБ 2016, Порций: 1,00

МОЛОКО 2.5%	0,0250	0,025
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72.5%	0,0022	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0022	0,002
ВОДА	0,0250	0,025
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0040	0,004
ВАНИЛИН	0,0002	
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 РЖАНОЙ**

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

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

**День 3**

**ЗАВТРАК**

**СЫР(ПОРЦИОННО)2021.**

Выход: 7, N рец.: 75 СБ 2021г., Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,0070	0,007

**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	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

Выход: 200, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2.5%	0,0500	0,050
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1700	0,170
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

**БАТОН,**

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

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

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

**МАНДАРИН (100)**

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

МАНДАРИНЫ	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,1000	0,100

**ОБЕД**

**САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ,(СБ 2021)**

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

КАПУСТА СВЕЖАЯ	0,0474	0,047
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВОДА	0,0053	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ  
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0054 0,005

**СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ**

Выход: 200, N рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САДИНА)	0,0320	0,032
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0064	0,006
РИС КРУГЛЫЙ	0,0040	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ЗЕЛЕНЬ	0,0014	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35% 0,0560 0,056

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0128 0,013

**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 В/С	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

**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: 180, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0180	0,018
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0216	0,022
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1824	0,182
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.,**

Выход: 30, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00



Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ (2021)</b>		
ВОДА	0,0150	0,015
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72.5%	0,0015	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0015	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0005	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД БЛЮДА:	0,0300	0,030

**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 01.01-28.02 35%	0,1053	0,105
---------------------------	--------	-------

**КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.**

Выход: 180, N рец.: 517 СБ 2012Г, 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: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

Выход: 30, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0300	0,030
-----------------------------	--------	-------

**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

**ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ(2021)**

Выход: 50, N рец.: 535,564 СБ 2021г, Порций: 1,00

МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ Д/СМАЗКИ	0,0004	
ВЫХОД БЛЮДА:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ(2021)

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0229	0,023
ВОДА	0,0061	0,006
ЯЙЦО	0,0022	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72.5%	0,0025	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0016	0,002
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ВЫХОД:	0,0358	0,036

Вх. рецепт: ФАРШ ЯБЛОЧНЫЙ (2-Й ВАР.)2021

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0173	0,017
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0042	0,004
ВЫХОД:	0,0208	0,021

**УЖИН**

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

Выход: 20/20, N рец.: 73 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

**ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ,**

Выход: 150, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0810	0,081
КРУПА МАННАЯ	0,0090	0,009
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0210	0,021

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
ЯЙЦО	0,0060	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0270	0,027
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0060	0,006
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0270	0,027
--------------------------------	--------	-------

**МОЛОКО СГУЩЕНОЕ,**

Выход: 50, N рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0500	0,050
-----------------------	--------	-------

**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

**БАТОН,**

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

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

**День 5**

**ЗАВТРАК**

**БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-Й ВАР)**

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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),**

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

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

**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

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

**ЯБЛОКО (150)**

Выход: ШТ, N рец.: 128 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**ОБЕД**

**ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ.,**

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

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

**БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СБ 2021)**

Выход: 200/10, N рец.: 95 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0160	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002	<b>КЕФИР,</b>		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002	Выход: 200, № рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЗЕЛЕНЬ	0,0018	0,002	КЕФИР 2,5%	0,2000	0,200
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001		ВЫХОД:	0,2000	0,200
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002	<b>ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)</b>		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001	Выход: 50, № рец.: 530 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ:	0,0387	0,039
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010	МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0248	0,025
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2100	0,210	ВОДА	0,0100	0,010
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>			САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0013	0,001
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0160	0,016	ЯЙЦО КУРИНОЕ	0,0013	0,001
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0010	0,001
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0090	0,009	ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,0007	0,001
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0320	0,032	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
<b>ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ (1-й ВАР.),</b>			ПОВИДЛО	0,0230	0,025
Выход: 80/30, № рец.: 303 СБ 2016 г, Порций: 1,00			ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0004	
ГОВЯДИНА(МЯСО БЕСКОСТНОЕ)	0,0595	0,060	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0004	
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0110	0,011	ВЫХОД:	0,0500	0,050
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004				
МОЛСКО 2,5%	0,0160	0,016	<b>УЖИН</b>		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0180	0,018	<b>САЛАТ "СТЕПНОЙ".</b>		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0025	0,002	Выход: 50, № рец.: 33 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0120	0,012	МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0330	0,033
МУКА В/С	0,0040	0,004	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0085	0,009
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0950	0,095	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ Д/СМАЗКИ	0,0023	0,002	ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0058	0,006
ВОДА	0,0160	0,016	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
МАССА ГОТОВЫХ ТЕФТЕЛЕЙ	0,0800	0,080	ВЫХОД:	0,0500	0,050
ВЫХОД БЛЮДА:	0,1100	0,110	<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
<b>Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (2021)</b>			КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0117	0,014
СМЕТАНА 15%	0,0300	0,030	<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ</b>		
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0012	0,001	МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002	<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0015	0,002	МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0108	0,011
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002				
ВЫХОД:	0,0300	0,030	<b>БИГУС*(С-2021)</b>		
<b>МАКАРОН.ИЗД.ОТВ.С ОВОЩАМИ/ЗЕЛ.ГОРОШ.(2021)</b>			Выход: 200, № рец.: 329 СБ 2021г., Порций: 1,00		
Выход: 130, № рец.: 258 СБ 2021Г, Порций: 1,00			КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1670	0,167
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0364	0,036	МАССА ПРИПУЩЕННОЙ КАПУСТЫ	0,1500	0,150
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1040	0,104	СВИНИНА	0,0910	0,091
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0110	0,011	МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0750	0,075
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0052	0,005	МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0140	0,014
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0065	0,007	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0058	0,006	МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0050	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,002	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0036	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0039	0,004	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001	МАССА ПАССЕРОВАННЫХ ОВОЩЕЙ	0,1770	0,177
ВЫХОД:	0,1300	0,130	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2530	0,252
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			ВЫХОД:	0,2000	0,200
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0073	0,007	<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
<b>НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)</b>			МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0160	0,016
Выход: 180, № рец.: 496 СБ 2018Г, Порций: 1,00			<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ(2018)</b>		
ШИПОВНИК	0,0180	0,018	Выход: 200/7, № рец.: 459 СБ 2018г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009	ВОДА	0,1500	0,150
ВОДА	0,1800	0,180	САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,1800	0,180	ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>			ВЫХОД:	0,2070	0,207
Выход: 20, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00			<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020	ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>			ВОДА	0,0540	0,054
Выход: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00			ВЫХОД:	0,0600	0,060
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ.</b>		
			Выход: 30, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0300	0,030

**ПОЛДНИК**

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

День 6

ЗАВТРАК

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

Выход: 20/5/10, № рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД	0,0350	0,035

**КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ**

Выход: 180, № рец.: 281 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ГЕРКУЛЕС	0,0277	0,028
ВОДА	0,0522	0,052
МОЛОКО 2,5%	0,1062	0,106
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА КАШИ	0,1728	0,173
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД	0,1800	0,180

**ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 200, № 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	0,0550	0,055

2-ОЙ ЗАВТРАК

**СОК ГРУШЕВЫЙ**

Выход: 200, № рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СОК ГРУШЕВЫЙ	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

ОБЕД

**САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И ЯБЛОКАМИ.\***

Выход: 80, № рец.: 2 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0456	0,046
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0160	0,016
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0080	0,008
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0021	0,002
ВОДА	0,0040	0,004
ВЫХОД	0,0800	0,080

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0160	0,016
--------------------------------	--------	-------

**СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ(2021),**

Выход: 250/10, № рец.: 134 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1875	0,188
МОЛОКО 2,5%	0,0375	0,038
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0230	0,023
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0075	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,2500	0,250
ВЫХОД БЛЮДА	0,2600	0,260

Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (2021)

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0100	0,010
ВЫХОД	0,0100	0,010

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.01-26.02 35%	0,0210	0,021
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0278	0,028
--------------------------------	--------	-------

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

**КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ",**

Выход: 70, № рец.: 341 СБ 2021г., Порций: 1,00

ГОВЯДИНА Б/К	0,0490	0,049
МОЛОКО 2,5%	0,0084	0,008
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0070	0,007
ЯЙЦО	0,0070	0,007
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0077	0,008
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0049	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ Д/СМАЗКИ	0,0014	0,001
ЧЕСНОК	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	0,000
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0700	0,070
ВЫХОД	0,0700	0,070

**РИС ОТВАРНОЙ(2021)**

Выход: 130, № рец.: 385 СБ 2021Г, Порций: 1,00

РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0462	0,046
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0027	0,003
ВЫХОД	0,1300	0,130

**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	0,000
ВЫХОД	0,1800	0,180

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

Выход: 30, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0300	0,030
-----------------------------	--------	-------

ПОЛДНИК

**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,**

Выход: 200, № рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**МАННИК (СБ 2021)**

Выход: 50, № рец.: 550 СБ 2021г, Порций: 1,00

КЕФИР 2,5%	0,0185	0,019
КРУПА МАННАЯ	0,0130	0,013
ЯЙЦО	0,0100	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0065	0,007
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
СОДА ПИЩЕВАЯ	0,0007	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0007	0,001
ВЫХОД	0,0500	0,050

УЖИН

**САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.(СБ 2021)**

Выход: 80, № рец.: 34 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЧЕСНОК	0,0003	0,000
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	0,000
ВЫХОД	0,0060	0,006

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0562	0,056
-------------------------------	--------	-------

**РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(2021)**

Выход: 200, № рец.: 378 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0970	0,097
МАССА ТУШЕНОЙ ПТИЦЫ	0,0800	0,080
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0050	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА СОУСА	0,0350	0,035
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2420	0,242
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2000	0,200
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0930	0,093
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0170	0,017

#### **ЧАЙ С САХАРОМ (2018)**

Выход: 180, № рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

### День 7

#### **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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (СБ 2021),**

Выход: 180, № 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	0,000
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

Выход: 200, № рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1700	0,170
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### **2-ОЙ ЗАВТРАК**

##### **ЯБЛОКО (150)**

Выход: ШТ, № рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

#### **ОБЕД**

##### **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (2021),**

Выход: 80, № рец.: 26 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0752	0,075
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
ВЫХОД:	0,0800	0,080
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0768	0,077

##### **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ**

Выход: 250/10, № рец.: 156 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0500	0,050
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,2000	0,200
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,2500	0,250
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2600	0,260
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0300	0,030
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0125	0,013

#### **БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (2018),**

Выход: 90, № рец.: 307 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М БЛГ	0,0604	0,060
МОЛОКО 2,5%	0,0230	0,023
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0168	0,017
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0084	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0012	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0024	0,002
ЯЙЦО	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1100	0,110
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,0900	0,090

#### **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (2021),**

Выход: 130, № 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 01.01-28.02 35%	0,1053	0,105
---------------------------	--------	-------

#### **КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА,**

Выход: 180, № рец.: 517 СБ 2012Г, 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, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

#### **ПОЛДНИК**

##### **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ,**

Выход: 220, № рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,2200	0,220
ВЫХОД:	0,2200	0,220

##### **ПЕЧЕНЬЕ "МАРИЯ" (3ШТ)**

Выход: 36, № рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬЕ СУХОЕ	0,0360	0,036
---------------	--------	-------

#### **УЖИН**

##### **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-Й ВАР. 2021)\*,**

Выход: 20/10/20, № рец.: 72 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,0500	0,050

##### **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 БЕЛЫЙ	0,0150	0,015

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
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

#### СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..

Выход: 30, № рец.: 440 СБ 2013г., Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0225	0,023
ВОДА	0,0075	0,006
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0012	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0012	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ВАНИЛИН	0,0001	
ВЫХОД:	0,0300	0,030

#### 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

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040

### День 8

#### ЗАВТРАК

##### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-Й ВАР)

Выход: 20/5, № 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: 200, № рец.: 268 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦО	0,1334	0,133
МОЛОКО 2,5%	0,0834	0,083
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,2168	0,217
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0034	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,2000	0,200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,2050	0,205

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

Выход: 200, № рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### БАТОН

Выход: 30, № рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН	0,0300	0,030

#### 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 ВИТАМИННЫЙ(2021)..

Выход: 80, № рец.: 2 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0448	0,045
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0211	0,021
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0800	0,080
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0184	0,018

#### УХА РЫБАЦКАЯ (2021)

Выход: 200, № рец.: 120 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0240	0,024
МАССА ОТВАРНОГО МИНТАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2000	0,200

#### Вх. рецепт: БУЛЬОН РЫБНЫЙ (СБ 2021Г)

ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ		
ВОДА	0,1820	0,182
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0011	0,001
ЯЙЦО ДЛЯ ОТТЯЖКИ		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0035	0,004
ВЫХОД:	0,1400	0,140

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0690	0,069
---------------------------	--------	-------

#### БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\*

Выход: 70, № 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	0,0021	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

#### 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

#### НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)

Выход: 180, № рец.: 496 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ШИПОВНИК	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1800	0,180
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: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

#### ПОЛДНИК

##### КЕФИР\*

Выход: 210, № рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,2100	0,210
ВЫХОД:	0,2100	0,210

##### БАРАНКИ (40)

Выход: 1ШТ, № рец.: 274 СБ 2004, Порций: 1,00		
БАРАНКИ ПРОСТЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

#### УЖИН

##### ИКРА МОРКОВНАЯ

Выход: 60, № рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ВАРеноЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0450	0,045
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0108	0,011



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
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
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0452	0,045

#### **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (2021)**

Выход: 200, № рец.: 354 СБ 2021г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0584	0,058
МАССА ГОТОВОЙ ПЕЧЕНИ	0,0496	0,050
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0140	0,014
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0040	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0032	0,003
ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0016	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0016	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2360	0,236
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,1728	0,173
---------------------------	--------	-------

#### **СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)**

Выход: 30, № рец.: 447 СБ 2013, Порций: 1,00

**Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)**

МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0015	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0003	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ВЫХОД	0,0300	0,030

#### **ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)**

Выход: 180, № рец.: 460 СБ 2018г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
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	0,0490	0,045

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

### **День 9**

#### **ЗАВТРАК**

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

Выход: 20/10, № рец.: 105 СБ 2012г, Порций: 1,00

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

#### **КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ\***

Выход: 180, № рец.: 270 СБ 2012г, Порций: 1,00

КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0400	0,040
МОЛОКО 2,5%	0,0990	0,099
ВОДА	0,0486	0,049
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0017	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
МАССА КАШИ	0,1728	0,173
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД	0,1800	0,180

#### **ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 200, № рец.: 507 СБ 2012г, Порций: 1,00

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

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,1000	0,100
ВЫХОД	0,2000	0,200
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **2-ОЙ ЗАВТРАК**

#### **ЯБЛОКО (150)**

Выход: ШТ, № рец.: 126 СБ 2012г, Порций: 1,00

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

#### **ОБЕД**

#### **МАРИНАД ОВОЩНОЙ БЕЗ ТОМАТА(2021)**

Выход: 100, № рец.: 430 СБ 2021, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0250	0,025
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0009	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0100	0,010
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0050	0,005
ВОДА	0,0040	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0035	0,004
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0001	
ВЫХОД БЛЮДА:	0,1000	0,100

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

#### **СВЕКОЛЬНИК (СБ 2021).**

Выход: 200/5, № рец.: 98 СБ 2021г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0003	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0011	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0050	0,005
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2050	0,205

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0340	0,034
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0070	0,007
--------------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0512	0,051
-------------------------------	--------	-------

#### **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Выход: 100, № рец.: 382 СБ 2012г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА Б/К	0,0400	0,040
РИС КРУГЛЫЙ	0,0050	0,005
МАССА ОТВАРНОГО РИСА	0,0143	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0060	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0600	0,060
МАССА ОТВАРНОЙ КАПУСТЫ	0,0560	0,056
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1130	0,113
МАССА ГОТОВЫХ ГОЛУБЦОВ	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,1000	0,100

#### **КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ (СБ 2021).**

Выход: 130, № рец.: 153 СБ 2021г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1051	0,105
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0332	0,033
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0160	0,016
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0054	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0023	0,002
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,1083	0,108

#### КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)

Выход: 180, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0180	0,018
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0216	0,022
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1824	0,182
ВЫХОД	0,1809	0,180

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

#### ПОЛДНИК

#### ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.

Выход: 200, № рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЙОГУРТ 2.5%	0,2000	0,200
-------------	--------	-------

#### ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ

Выход: 50, № рец.: 539 СБ 2021г, Порций: 1,00

ТЕСТО ДРОЖЕЖЕВОЕ:	0,0265	0,027
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0007	0,001
МОЛОКО 2.5%	0,0070	0,007
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
ЯЙЦО	0,0023	0,002
ДРОЖОЖИ	0,0006	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0005	0,001
МАССА ТЕСТА	0,0265	0,027
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0320	0,032
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
МАССА ФАРША	0,0310	0,031
ЯЙЦО (ДЛЯ СМАЗКИ)	0,0009	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ Д/СМАЗКИ	0,0009	0,001
ВЫХОД БЛЮДА:	0,0500	0,050

#### УЖИН

#### ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ.

Выход: 60, № рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

#### ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)\*

Выход: 50/30, № рец.: 359 СБ 2021г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0832	0,083
МАССА ПЕЧЕНИ ОБЖАРЕНОЙ	0,0560	0,056
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1000	0,100
ВЫХОД С СОУСОМ	0,0800	0,080

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0810	0,081
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001
ВОДА	0,0220	0,022
СМЕТАНА 15%	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0400	0,040

#### РИС С ОВОЦАМИ (2021).

Выход: 130, № рец.: 241 СБ 2021Г, Порций: 1,00

РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0402	0,040
МАССА ПРИПУЩЕННОГО РИСА	0,1123	0,112
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0208	0,021
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0104	0,010
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0118	0,012
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,0118	0,012
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	0,0118	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1540	0,154
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0135	0,014
--------------------------------	--------	-------

#### ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)

Выход: 180/7, № 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 РЖАНОЙ

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

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

#### День 10

#### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (2-й ВАР.)

Выход: 20/5, № 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

#### 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 ВАРИАНТ)

Выход: 200, № рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2.5%	0,0500	0,050
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1780	0,170
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### СОК ГРУШЕВЫЙ.

Выход: 150, № рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СОК ГРУШЕВЫЙ.	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### ОБЕД

#### САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.(СБ 2021)

Выход: 60, № рец.: 1 СБ 2021г, Порций: 1,00

КАПУСТА СВЕЖАЯ	0,0474	0,047
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВОДА	0,0053	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0054	0,005
--------------------------------	--------	-------

#### СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

Выход: 200, № рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САДИНА)	0,0320	0,033
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0064	0,006
РИС КРУГЛЫЙ	0,0040	0,004

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ЗЕЛЕНЬ	0,0014	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,0560	0,056
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0128	0,013

#### **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С-2021)**

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

МАССА ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1800	0,180
СВИНИНА	0,0830	0,083
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0700	0,070
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0200	0,020
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0078	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0030	0,003
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2600	0,260
ВЫХОД:	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 35%	0,1960	0,196
---------------------------	--------	-------

#### **КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (СБ 2021)**

Выход: 200, N рец.: 487 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0492	0,049
ЛИМОНЫ	0,0144	0,014
ВОДА	0,1800	0,180
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
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: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

### **ПОЛДНИК**

#### **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.**

Выход: 220, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,2200	0,220
ВЫХОД:	0,2200	0,220

#### **ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (2 ШТ)**

Выход: 35, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0350	0,035
------------------	--------	-------

### **УЖИН**

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

Выход: 20/20, N рец.: 73 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

#### **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ,**

Выход: 150, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0810	0,081
КРУПА МАННАЯ	0,0090	0,009
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0210	0,021
ЯЙЦО	0,0060	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0270	0,027
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0060	0,006

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0270	0,027

#### **МОЛОКО СГУЩЕНОЕ.**

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

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

#### **ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"**

Выход: 200, N 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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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