



ООО «НИКА»



«Согласовано»

Директор МАОУ «Гимназия №1» г. Перми

/А.П. Теплоухов/

«07» Июня 2021 г.

/О.Ю. Казанцева/  
«07» Июня 2021 г.

## Примерное десятидневное меню

### для организации питания детей от 3-7 лет на весенне-летний 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».

**ООО "НИКА"**  
**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)	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		1,00			1,40				1,10	1,30	0,48	0,50	-4,0
Какао-порошок				3,00						3,00	0,60	0,60	0,0
Картофель	127,20	82,50	98,20	111,50	215,60	164,00	130,00	166,00	219,10	107,80	142,19	140,00	1,6
Кондитерские изделия	58,00		41,60			68,00		41,60			20,92	20,00	4,6
Кофейный напиток	2,00		1,80		1,90	2,00	2,00	1,80			1,15	1,20	-4,2
Крупы (злаки), бобовые	34,00	59,80	40,00	40,80	36,00	62,70	45,10	23,40	46,80	39,90	42,85	43,00	-0,3
Макаронные изделия		16,00	54,40							43,50	11,39	12,00	-5,1
Масло коровье сладкосливочное	23,86	22,42	25,65	13,90	22,53	22,00	20,90	23,04	25,10	20,50	21,99	21,00	4,7
Масло растительное	11,30	11,05	8,00	13,80	14,10	15,00	8,30	11,60	13,90	8,20	11,53	11,00	4,8
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	463,50	481,60	390,00	495,50	377,40	506,20	404,30	445,76	389,40	515,50	446,92	450,00	-0,7
Мука картофельная (крахмал)	21,00					1,50		9,00			3,15	3,00	5,0
Мука пшеничная хлебопекарная	10,26	34,88	10,75	11,20	57,63	12,50	39,00	20,80	35,00	44,60	27,66	29,00	-4,6
Мясо говядина 1кат.(бескостное/на кости)	112,00	79,30			104,00		100,90	77,00	60,20		53,34	55,00	-3,0
Напитки витаминизированные	10,00			18,00	10,00			10,00			4,80	5,00	-4,0
Овощи, зелень	286,70	203,60	296,80	169,90	186,00	257,00	204,90	308,50	156,82	117,30	218,75	220,00	-0,6
Печень(Субпродукты)			117,70			125,50					24,32	25,00	-2,7
Птица(куры 1 кат.потр/цыплята-бр.индейка)		109,00		82,30				52,00		51,80	29,51	24,00	23,0
Рыба(филе)в т.ч.филе слабо-или малосоленое	63,70		56,00		105,60				151,50		37,68	37,00	1,8
Сахар	29,30	34,74	33,20	38,40	23,60	28,00	30,60	29,24	29,00	35,20	31,13	30,00	3,8
Сметана с м.д.ж.не более 15%		8,00	25,00	13,20	25,10	15,00	13,00			13,90	11,32	11,00	2,9
Соки фруктовые (овощные)	200,00		200,00		200,00		200,00		200,00		100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	2,50	4,39	8,20	3,90	3,50	0,70	4,70	9,38	4,20	6,50	4,80	5,00	-4,1
Сыр неострых сортов (твердый, мягкий, плавленый)		15,00	15,00		10,00			10,00		10,00	6,00	6,00	0,0
Творог, творожн.изд.с м.д.ж.не менее 5%		22,65		139,50					113,00		41,47	40,00	3,7
Фрукты (плоды) свежие		137,00		200,00		260,00	7,00	240,00		155,00	99,90	100,00	-0,1
Фрукты (плоды) сухие		18,00	18,00		18,00	18,00	24,00		18,00		11,40	11,00	3,6
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	70,00	60,00	73,30	129,20	60,00	70,00	70,00	81,00	104,30	98,20	81,60	80,00	2,0
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40,00	60,00	40,00	60,00	40,00	40,00	60,00	60,00	40,00	80,00	52,00	50,00	4,0
Чай, включая фиточай	0,60	2,00	0,90	1,00	0,60	0,90	0,90	0,60	1,90	1,00	1,04	0,60	73,3
Яйцо куриное диетическое	12,20	16,65	4,20	61,50	55,60	22,30	67,00	21,06	113,90	12,70	38,71	40,00	-3,2

**Итого в среднем на одного питающегося:**

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
		81,64	74,19	276,52
Минеральные вещества	Натрий, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	3080,13	3206,25	915,45	306,97
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	2329,88	1,07	2,02	14,16
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1372,97	22,70

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>														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89	0,03	0,01		29,5	6,30	20,45	3,90	0,37
279 СБ 2012Г	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ.	170	6,23	6,04	31,68	206,58	0,14	0,17	1,11	34,0	119,25	167,03	32,45	1,62
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:			10,19	11,85	64,81	407,49	0,19	0,26	1,76	73,5	186,00	232,48	43,35	2,09

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ.	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:					23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД

133 СБ 2012Г	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,06	4,86	5,98	72,49	0,04	0,05	6,36		16,91	35,78	22,04	0,56
176 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	2,47	4,23	10,45	90,34	0,07	0,09	14,99	22,0	61,72	66,87	22,64	0,63
329 СБ 2018Г.	БИГУС	200	25,57	17,64	8,95	296,92	0,13	0,24	73,20		92,31	268,85	55,16	25,44
517 СБ 2012Г	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.	180	0,02	0,02	13,96	56,11			0,32		1,53	0,63	0,42	0,09
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			32,28	27,07	57,78	607,30	0,29	0,40	94,87	22,0	181,76	409,51	108,81	27,65

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
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ,	2 ШТ	2,26	17,75	36,25	313,78	0,03	0,01		3,4	4,64	24,36	3,48	0,35
Итого по подменю:			8,06	22,75	45,85	421,78	0,11	0,31	2,60	43,4	244,64	204,36	31,48	0,55

УЖИН

346 СБ 2012Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ (МИНТАЙ), СОУС МОЛОЧНЫЙ	70/30	14,68	10,35	8,61	186,91	0,12	0,25	1,35	85,9	129,80	254,93	48,56	0,99
-----------------	--------------------------------------	-------	-------	-------	------	--------	------	------	------	------	--------	--------	-------	------

№ 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
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.*	130	2,78	5,79	18,78	138,73	0,14	0,11	22,09	27,5	35,74	82,66	27,85	1,01
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			20,62	16,46	55,07	454,04	0,34	0,41	38,50	113,4	180,71	379,92	87,60	3,42
Итого за день: 0,00 руб.			71,15	78,13	246,51	1982,61	0,94	1,39	139,73	252,4	800,11	1233,27	275,24	35,11

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	18,87	19,75	24,83	22,64
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	59,78	45,12	22,14	33,74
Полдник (15 %)	14,93	37,92	17,57	23,43
Ужин (20 %)	38,19	27,43	21,10	25,22
Итого за день (85 - 105 %)	131,76	130,22	94,45	110,15

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

Директор  Теплохов А.П./ Заб. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор  \_\_\_\_\_ /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 2

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		
<b>ЗАВТРАК</b>																
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ.МАСЛОМ Н/БАТ.	20/15/5	5,53	8,32	10,52	138,98	0,03	0,07	0,11	64,0	139,40	102,45	10,10	0,39		
180 СБ 2012Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,83	4,53	19,60	143,50	0,08	0,22	1,82	32,0	171,33	140,22	22,16	0,40		
413 СБ 2016Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	14,44	75,18	0,02	0,08	0,75	10,0	70,16	53,25	11,40	0,91		
Итого по подменю:			12,81	14,10	44,56	357,66	0,13	0,37	2,68	106,0	380,89	295,92	43,66	1,70		

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

3 сб 2012Г	САЛАТ ИЗ БИКАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,99	6,05	5,78	81,58	0,02	0,02	22,98	25,90	19,04	10,34	0,35	
146 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,03	3,49	12,28	88,91	0,09	0,07	21,82	12,0	33,42	58,01	0,89	
378 СБ 2012Г	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ*	50/50	15,58	16,48	4,61	228,71	0,07	0,14	3,38	18,0	164,73	22,20	2,41	
252 СБ 2012Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ,/	130	7,56	6,76	34,19	227,90	0,30	0,15	4,97	26,8	15,41	207,63	4,64	
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)	180	0,61	0,25	17,68	75,42	0,01	0,05	180,00	11,07	3,06	3,06	0,57	
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01		5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			31,51	33,47	101,90	838,20	0,54	0,45	233,15	56,8	109,19	489,85	205,77	9,79

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
555 СБ 2012Г	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ..	50	8,13	2,43	21,17	139,03	0,06	0,09	0,05	11,2	35,21	71,72	10,19	0,49
Итого по подменю:			13,93	7,43	29,17	239,23	0,12	0,35	1,10	41,2	215,21	206,72	31,19	0,64

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	
															В
418 СБ 2012Г	СУФЛЕ ИЗ КУР	70	23,54	23,53	4,83	325,49	0,13	0,28	2,64	100,3	77,62	238,37	28,56	1,93	
212 СБ 2012Г	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ.	150	3,96	11,38	14,07	175,48	0,10	0,16	22,18	58,5	101,10	109,74	36,28	0,88	
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90		13,05	9,79	5,24	0,91	
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
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:			30,72	35,24	52,59	653,72	0,28	0,46	27,72	158,8	201,06	395,28	78,63	4,65	
Итого за день: 0,00 руб.			89,49	90,76	240,96	2146,53	1,10	1,65	274,65	362,9	922,35	1398,77	368,25	18,98	

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,72	23,50	17,07	19,87
Второй завтрак (5 %)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35 %)	58,35	55,78	39,04	46,57
Полдник (15 %)	25,80	12,38	11,18	13,29
Ужин (20 %)	56,89	58,73	20,15	36,32
Итого за день (85 - 105 %)	165,72	151,27	92,32	119,25

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,0:2,7

Директор  /Теплохов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./

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>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ.МАСЛОМ Н/БАТ.	20/15/5	5,53	8,32	10,52	138,98	0,03	0,07	0,11	64,0	139,40	102,45	10,10	0,39
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ*	180	6,89	5,96	32,59	212,28	0,12	0,15	1,07	28,5	131,55	190,42	28,51	0,73
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	180	2,61	2,26	17,80	102,62	0,04	0,14	1,17	18,0	108,41	81,00	12,60	0,13
Итого по подменю:			15,03	16,54	60,91	453,88	0,19	0,36	2,35	110,5	379,36	373,87	51,21	1,25

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ.	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:					23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

**ОБЕД**

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,55	4,03	3,23	51,42	0,01	0,02	3,62		13,68	15,76	7,98	0,51
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,54	3,03	6,88	61,11	0,05	0,05	23,03	10,8	35,98	39,25	16,98	0,60
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/30	16,85	12,97	7,48	214,21	0,28	1,98	29,53	7252,6	51,95	307,66	20,77	6,20
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	130	4,89	5,36	31,21	192,68	0,09	0,03		26,8	20,50	48,26	8,71	0,90
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,35	0,08	21,05	86,25	0,02	0,01			12,34	19,35	6,30	0,48
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			27,34	25,79	88,29	697,11	0,50	2,11	56,18	7290,2	143,74	467,66	69,29	9,62

**ПОЛДНИК**

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.	160	6,40	2,40	22,88	138,72	0,05	0,24	0,96	16,0	198,40	152,00	24,00	0,16
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.*	4ШТ	3,54	4,70	29,00	172,43	0,05	0,03		27,0	18,72	36,19	65,73	0,42
Итого по подменю:			9,94	7,10	51,88	311,15	0,10	0,27	0,96	43,0	217,12	188,19	89,73	0,58

**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		
47 СБ 2018Г	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (2018)	30	3,10	0,20	6,50	40,20	0,11	0,05	10,00				20,00	62,00	21,00	0,70
356 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ,*	70	10,78	2,52	6,84	93,90	0,08	0,10	0,41	23,6			39,47	160,35	34,54	0,71
442 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ.	150	2,92	6,85	18,38	148,13	0,14	0,14	19,11	32,2			48,62	101,49	50,20	1,30
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	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01					5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			19,96	9,89	59,20	409,84	0,38	0,31	29,61	55,9	126,47	368,65	118,25	4,41		
Итого за день: 0,00 руб.			72,27	59,32	283,28	1963,98	1,18	3,06	91,10	7499,6	873,69	1405,37	332,48	17,26		

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	27,83	27,57	23,34	25,22
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	50,63	42,98	33,83	38,73
Полдник (15 %)	18,41	11,83	19,88	17,29
Ужин (20 %)	36,96	16,48	22,68	22,77
Итого за день (85 - 105 %)	133,83	98,87	108,54	109,11

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./



Примерное Меню (3-7 лет)

День 4

№ 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>														
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	шт	0,29	0,26	0,02	3,59		0,01		5,7	8,61	5,89	0,73	0,12
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89	0,03	0,01		29,5	6,30	20,45	3,90	0,37
277 СБ 2012Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,70	5,27	23,85	162,20	0,07	0,13	1,03	30,7	103,23	92,75	15,42	0,35
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
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
Итого по подменю:			12,82	17,44	75,22	510,10	0,16	0,32	2,33	105,9	247,58	243,24	49,40	1,91

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	МАНДАРИН.	ШТ	0,80	0,20	7,50	35,00	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08
Итого по подменю:			0,80	0,20	7,50	35,00	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08

ОБЕД

128 СБ 2012Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,86	3,22	4,71	51,23	0,03	0,03	17,53		20,48	18,27	10,45	0,47
169 СБ 2012Г	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	2,28	5,43	12,00	106,25	0,07	0,05	17,92	12,0	35,79	59,79	22,11	0,91
417 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ*	200	17,89	20,47	18,55	330,44	0,21	0,21	23,29	32,9	30,26	205,15	47,24	2,20
17840891- 2016	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ.	180			16,56	66,24	0,03	0,03	1,81	0,0				
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			24,19	29,44	70,26	645,60	0,39	0,34	60,55	44,9	95,82	320,59	88,35	4,51

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
	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ (3ШТ)	54	5,79	0,66	38,46	183,06	0,08				12,96	49,14	9,72	0,86

№ 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 подмену:													11,59	5,66	48,06	291,06	0,16	0,30	2,60	40,0	252,96	229,14	37,72	1,06	
<b>УЖИН</b>																									
323 СБ 2012Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	33,86	7,46	25,68	305,58	0,09	0,44	0,76	61,0	221,03	305,07	41,22	0,71											
493 СБ 2012Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	2,55	16,80	98,79	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06											
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											
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22											
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71											
Итого по подмену:													42,21	11,70	87,28	627,20	0,18	0,59	1,81	78,5	395,67	464,40	71,37	2,62	
Итого за день: 0,00 руб.													91,61	64,44	288,32	2108,96	0,94	1,57	97,69	269,3	1020,03	1270,97	255,64	10,18	

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	23,74	29,07	28,82	28,34
Второй завтрак (5%)	1,48	0,33	2,87	1,94
Обед (35%)	44,80	49,07	26,92	35,87
Полдник (15%)	21,46	9,43	18,41	16,17
Ужин (20%)	78,17	19,50	33,44	34,84
Итого за день (85 - 105%)	169,65	107,40	110,47	117,16

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

Директор  Теплоухов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./

Примерное Меню (3-7 лет)

День 5

N реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
111 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ И/Б	20/10/5	4,25	7,02	10,52	122,12	0,03	0,05	0,07	52,5	94,40	72,95	7,60	0,34
282 СБ 2012Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ,*	180	7,08	7,43	33,31	229,06	0,21	0,19	1,46	42,4	149,49	196,10	49,06	1,24
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(2-Й ВАРИАНТ).	190	1,38	1,20	16,50	82,67	0,02	0,07	0,62	9,5	57,43	42,75	6,65	0,09
Итого по подменю:			12,71	15,65	60,33	433,85	0,26	0,31	2,15	104,4	301,32	311,80	63,31	1,67

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ.	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:					23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

**ОБЕД**

120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,	50												
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК.	200	1,97	3,07	13,94	91,45	0,07	0,07	14,57	20,0	40,42	59,16	25,40	1,25
342 СБ 2018Г	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ(2018)	80	22,65	15,13	0,95	230,68	0,08	0,23	0,23	45,5	38,26	232,75	26,66	22,86
210 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,17	10,68	17,39	178,81	0,13	0,11	30,37	38,2	51,62	86,15	34,14	1,15
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,03	19,61	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			31,35	29,23	70,33	672,53	0,33	0,44	45,53	103,7	159,84	429,30	100,15	27,30

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ..	75	7,19	2,96	36,74	202,34	0,08	0,08	0,01	33,5	18,38	61,09	8,38	0,80
Итого по подменю:			12,41	7,46	43,94	292,52	0,15	0,39	1,27	69,5	234,38	223,09	33,58	0,98


**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
348 СБ 2012Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ, (МИНТАЙ)..	120	22,09	13,35	7,18	237,30	0,17	0,30	0,74	98,5	85,41	360,60	70,60	1,92
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.*	130	2,78	5,79	18,78	138,73	0,14	0,11	22,09	27,5	35,74	82,66	27,85	1,01
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			28,03	19,46	53,64	504,43	0,39	0,46	37,89	126,0	136,32	485,59	109,64	4,35
Итого за день: 0,00 руб.			84,50	71,80	251,24	1995,33	1,14	1,61	88,84	403,7	838,86	1456,78	310,68	35,70

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,54	26,08	23,11	24,10
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	58,06	48,72	26,95	37,36
Полдник (15 %)	22,98	12,43	16,84	16,25
Ужин (20 %)	51,91	32,43	20,55	28,02
Итого за день (85 - 105 %)	156,48	119,67	96,26	110,85

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

Примерное Меню (3-7 лет)

День 6

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg
<b>ЗАВТРАК</b>													
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ*	20/10	1,70	0,28	16,98	77,16	0,02	0,01	0,05	5,20	13,90	3,30	0,37
283 СБ 2012Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.*	180	5,04	6,64	30,14	201,27	0,07	0,20	1,53	43,6	148,36	32,10	0,47
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	14,00	0,15
Итого по подменю:			9,64	9,43	66,89	392,45	0,13	0,36	2,88	63,6	274,01	49,40	0,99

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

120 СБ 2012Г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОРЫ,ОГУРЦЫ).	30/30	0,54	0,09	1,71	9,81	0,03	0,02	9,60	9,30	16,80	10,20	0,42
157 СБ 2012Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,80	3,36	9,05	73,83	0,07	0,06	19,68	23,0	29,89	18,69	0,65
311 СБ 2016г.	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ,	200/5	26,78	15,30	29,44	362,58	0,43	2,84	46,42	10368,7	39,18	491,18	9,69
447 СБ 2013	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ).	50	1,73	3,35	4,67	56,05	0,02	0,05	0,39	12,0	36,64	28,74	0,05
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,03	19,61	80,15		0,01	0,36	20,25	13,86	5,40	1,11
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01		5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			34,41	22,45	82,92	673,86	0,60	3,00	76,45	10403,7	144,55	635,06	91,09

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	0,15
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ,	2 ШТ	2,26	17,75	36,25	313,78	0,03	0,01		3,4	4,64	24,36	0,35
Итого по подменю:			10,26	20,75	64,85	487,18	0,08	0,24	0,90	18,4	190,64	166,86	25,98

№ 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
249 СБ 2012Г	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С СОУСОМ	200/50	8,53	20,77	42,86	393,69	0,24	0,26	49,62	47,5	123,33	195,46	65,09	2,22
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	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подмену:			11,69	21,09	70,34	521,30	0,29	0,28	49,71	47,5	141,71	240,27	77,60	3,92
Итого за день: 0,00 руб.			66,52	74,24	297,74	2132,51	1,13	3,90	139,94	10533,3	766,91	1311,59	253,07	20,46

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	17,85	15,72	25,63	21,80
Второй завтрак (5 %)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35 %)	63,72	37,42	31,77	37,44
Полдник (15 %)	19,00	34,58	24,85	27,07
Ужин (20 %)	21,65	35,15	26,95	28,96
Итого за день (85 - 105 %)	123,19	123,73	114,08	118,47

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

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством \_\_\_\_\_ // Калькулятор  /Саморханова И.С./

Примерное Меню (3-7 лет)

День 7

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
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	шт	0,29	0,26	0,02	3,59		0,01		5,7	8,61	5,89	0,73	0,12
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89	0,03	0,01		29,5	6,30	20,45	3,90	0,37
277 СБ 2012Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,70	5,27	23,85	162,20	0,07	0,13	1,03	30,7	103,23	92,75	15,42	0,35
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:			10,40	12,59	59,40	393,70	0,14	0,30	2,33	85,9	238,59	209,09	34,05	0,99

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ..	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:					23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

**ОБЕД**

133 СБ 2012Г	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,06	4,86	5,98	72,49	0,04	0,05	6,36		16,91	35,78	22,04	0,56
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,65	3,34	10,26	77,85	0,05	0,05	16,00	12,0	36,66	45,21	20,22	0,92
379 СБ 2012Г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	21,43	22,41	20,40	368,55	0,21	0,25	25,56	28,0	31,05	269,27	52,14	3,98
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)	180	0,61	0,25	17,68	75,42	0,01	0,05	180,00		11,07	3,06	3,06	0,57
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			27,91	31,18	72,76	685,75	0,36	0,42	227,92	40,0	104,98	390,70	106,01	6,96

**ПОЛДНИК**

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ**	190	5,51	4,75	9,12	102,60	0,08	0,29	2,47	38,0	228,00	171,00	26,60	0,19
663 СБ 2012Г	БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"	60	4,69	10,79	35,24	256,93	0,07	0,05	0,19	46,0	28,40	50,04	8,38	0,53
Итого по подменю:			10,20	15,54	44,36	359,53	0,15	0,34	2,66	84,0	256,40	221,04	34,98	0,72

**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			
72 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ.	60	1,04	0,07	9,92	45,50	0,04	0,05	3,04				24,81	39,56	27,58	0,59	
328 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/20	29,26	8,62	42,48	364,58	0,08	0,38	0,44	68,8			212,09	305,90	46,52	0,90	
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	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01	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	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			35,10	9,14	89,01	583,09	0,17	0,45	6,37	68,8	258,08	391,81	87,45	3,23			
Итого за день: 0,00 руб.			83,61	68,45	288,53	2114,07	0,83	1,52	241,28	278,7	865,05	1219,64	266,49	13,30			

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	19,26	20,98	22,76	21,87
Второй завтрак (5%)			8,81	5,11
Обед (35%)	51,69	51,97	27,88	38,10
Полдник (15%)	18,89	25,90	17,00	19,97
Ужин (20%)	65,00	15,23	34,10	32,39
Итого за день (85 - 105%)	154,83	114,08	110,55	117,45

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

Директор  Теплоухов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./



Примерное Меню (3-7 лет)

День 8

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	B1	B2	С	А, мкг	Са	Р	Mg

**ЗАВТРАК**

275 СБ 2012Г	КАША "ДРУЖБА", *	180	4,79	10,18	25,54	213,62	0,10	0,17	1,33	60,4	132,06	143,53	31,09	0,61
111 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫРОМ НА БАТОНЕ	30/5/10	5,07	7,15	15,76	147,62	0,04	0,05	0,07	52,5	96,30	79,45	8,90	0,46
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	180	2,61	2,26	17,80	102,62	0,04	0,14	1,17	18,0	108,41	81,00	12,60	0,13
Итого по подменю:			12,47	19,59	59,10	463,86	0,18	0,36	2,57	130,9	336,77	303,98	52,59	1,20

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

126 СБ 2012Г	МАНДАРИН.	ШТ	0,80	0,20	7,50	35,00	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08
Итого по подменю:			0,80	0,20	7,50	35,00	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08

**ОБЕД**

21 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,60	6,10	2,07	65,63	0,03	0,02	13,65		10,59	14,92	11,10	0,52
160 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200/20	2,19	3,28	12,52	88,62	0,07	0,06	9,33	9,1	26,82	50,75	16,17	0,64
420 СБ 2012Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70	11,79	9,55	6,00	157,73	0,07	0,13	1,24	38,8	38,14	116,87	14,68	1,02
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,61	5,74	15,50	128,21	0,07	0,09	78,74	26,8	97,75	68,52	34,42	1,33
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (2018)	200	0,11	0,04	22,75	91,74			3,00		6,85	9,13	3,00	0,17
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			21,46	25,03	77,28	623,37	0,29	0,32	105,96	74,7	189,44	297,57	87,92	4,61

**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
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.*	4ШТ	3,54	4,70	29,00	172,43	0,05	0,03		27,0	18,72	36,19	65,73	0,42
Итого по подменю:			9,34	9,70	37,00	272,63	0,11	0,29	1,05	57,0	198,72	171,19	86,73	0,57

**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
11 СБ 2016г.	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ..	60	1,67	4,43	13,75	101,60	0,35	0,13		31,68	280,05	96,72	3,45	
397 СБ 2012Г	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ, СОУС ТОМАТНЫЙ.	70/30	17,99	13,61	3,81	209,84	0,07	0,21	1,03	41,38	191,39	22,55	17,19	
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,21	6,59	21,67	159,27	0,16	0,13	25,49	31,3	45,99	32,42	1,21	
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		4,95	2,64	0,49	
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	0,22	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	0,71	
Итого по подменю:			27,61	25,07	75,83	643,35	0,66	0,52	41,58	91,6	134,22	162,88	23,27	
Итого за день: 0,00 руб.			71,68	79,59	256,71	2038,21	1,29	1,51	181,56	354,3	887,15	1396,43	398,92	29,73

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	23,09	32,65	22,64	25,77
Второй завтрак (5%)	1,48	0,33	2,87	1,94
Обед (35%)	39,74	41,72	29,61	34,63
Полдник (15%)	17,30	16,17	14,18	15,15
Ужин (20%)	51,13	41,78	29,05	35,74
Итого за день (85 - 105%)	132,74	132,65	98,36	113,23

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

## ООО "Ника"

## Примерное Меню (3-7 лет)

День 9

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89	0,03	0,01		29,5	6,30	20,45	3,90	0,37
311 СБ 2012Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ..	165	14,78	23,02	3,85	282,14	0,09	0,50	0,74	282,3	121,39	230,00	18,96	2,36
413 СБ 2016Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	14,44	75,18	0,02	0,08	0,75	10,0	70,16	53,25	11,40	0,91
Итого по подменю:			18,74	28,82	34,05	471,21	0,14	0,59	1,49	321,8	197,85	303,70	34,26	3,64

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ.	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:					23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

**ОБЕД**

3 сб 2012Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ*	50	0,82	5,04	4,81	67,98	0,02	0,02	19,15		21,59	15,87	8,62	0,30
165 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(ГОРБУША).	200	11,51	6,98	16,54	175,09	0,21	0,16	20,61	39,4	27,89	160,74	39,37	1,36
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,66	12,78	10,93	214,05	0,06	0,12	0,21	22,8	29,31	137,93	17,40	6,36
438 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ..	130	2,57	6,36	20,98	151,44	0,16	0,09	25,74		17,65	75,74	29,89	1,20
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,03	19,61	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			32,12	31,51	91,31	780,15	0,50	0,42	66,07	62,2	125,98	441,52	109,23	11,26

**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
581 СБ 2012Г	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,59	5,19	36,83	212,44	0,07	0,05	0,07	31,0	17,80	48,08	7,38	0,62
Итого по подменю:			10,39	10,19	46,43	320,44	0,15	0,35	2,67	71,0	257,80	228,08	35,38	0,82

**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		
128 СБ 2012Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,86	3,22	4,71	51,23	0,03	0,03	17,53			20,48	18,27	10,45	0,47	
356 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ,*	70	10,78	2,52	6,84	93,90	0,08	0,10	0,41	23,6		39,47	160,35	34,54	0,71	
424 СБ 2012Г	РИС ОТВАРНОЙ.	130	5,79	7,72	28,96	208,57	0,16	0,04		18,0		24,95	120,48	46,75	1,35	
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,68	9,0		63,23	47,93	10,26	0,82	
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			21,90	14,91	74,64	523,58	0,34	0,26	18,62	50,6	157,42	384,41	110,55	4,28		
Итого за день: 0,00 руб.			83,15	85,43	269,43	2187,38	1,14	1,63	90,85	505,7	746,05	1364,71	293,42	21,40		

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	34,70	48,03	13,05	26,18
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	59,48	52,52	34,98	43,34
Полдник (15 %)	19,24	16,98	17,79	17,80
Ужин (20 %)	40,56	24,85	28,60	29,09
Итого за день (85 - 105 %)	153,98	142,38	103,23	121,52

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,2

Директор  Теплоухов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор  /Саморханова И.С./

Примерное Меню (3-7 лет)

День 10

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>														
111 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ И/Б	20/10/5	4,25	7,02	10,52	122,12	0,03	0,05	0,07	52,5	94,40	72,95	7,60	0,34
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.	170	6,15	7,63	25,27	195,11	0,16	0,18	1,30	37,0	137,62	177,93	47,96	1,08
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
Итого по подменю:			14,03	17,60	60,86	459,26	0,23	0,39	2,67	109,5	356,46	360,53	82,31	2,24

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

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

**ОБЕД**

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,83	6,05	4,84	77,13	0,01	0,02	5,43		20,52	23,64	11,97	0,76
148 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,96	3,51	14,16	96,32	0,09	0,06	14,22	12,0	24,82	56,73	22,50	0,80
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,24	8,92	7,05	154,20	0,07	0,11	1,27	24,3	41,76	109,63	14,80	0,92
433 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАР. С ОВОЩАМИ	150	5,52	6,81	33,80	218,77	0,10	0,05	4,94	30,0	26,63	62,71	17,75	1,07
465 СБ 2012Г	СОУС ТОМАТНЫЙ.	30	0,26	1,26	6,79	39,50	0,01	0,01	0,81	6,0	1,15	2,96	1,14	0,08
497 СБ 2018Г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ,(2018)	180	0,09	0,04	9,65	39,28			2,70		2,79	1,98	2,70	0,14
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			24,64	27,03	103,65	760,88	0,33	0,27	29,37	72,3	126,96	295,03	79,41	4,70

**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
567 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ.*	70	7,76	8,26	41,37	271,07	0,16	0,15	9,97	55,0	59,08	116,32	24,04	1,26

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

Итого по подменю: 15,76 11,26 69,97 444,47 0,21 0,38 10,87 70,0 245,08 258,82 46,54 1,41

**УЖИН**

323 СБ 2012Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	33,86	7,46	25,68	305,58	0,09	0,44	0,76	61,0	221,03	305,07	41,22	0,71
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	2,55	16,80	98,79	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90		13,05	9,79	5,24	0,91
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	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:			42,40	10,66	94,61	648,56	0,16	0,51	3,96	68,5	338,47	420,94	65,21	2,61

Итого за день: 0,00 руб. 97,35 67,07 341,83 2370,89 0,96 1,57 56,87 320,4 1082,97 1346,32 282,47 13,16

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	25,98	29,33	23,32	25,51
Второй завтрак (5 %)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35 %)	45,63	45,05	39,71	42,27
Полдник (15 %)	29,19	18,77	26,81	24,69
Ужин (20 %)	78,52	17,77	36,25	36,03
Итого за день (85 - 105 %)	180,28	111,78	130,97	131,72

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

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

Калькулятор С.С. /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (3-7 лет)

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

День 1

ЗАВТРАК

**БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ**

Выход: 30/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0350	0,035

**КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ,**

Выход: 170, N рец.: 279 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0340	0,034
ВОДА	0,0578	0,058
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА КАШИ	0,1632	0,163
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0043	0,004
ВЫХОД:	0,1700	0,170

**КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (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

2-ОЙ ЗАВТРАК

**СОК ПОРЦ.**

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

СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ОБЕД

**ИКРА МОРКОВНАЯ**

Выход: 60, N рец.: 133 СБ 2012Г, 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	0,000
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0452	0,045
--------------------------------	--------	-------

**СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ**

Выход: 200, N рец.: 176 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0040	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0180	0,018
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0240	0,024
--------------------------------	--------	-------

**БИГУС**

Выход: 200, N рец.: 329 СБ 2018г., Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1570	0,157
ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,1120	0,112

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

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0065	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

**КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.**

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

КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ	0,0210	0,021
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: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

ПОЛДНИК

**МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ**

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

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

**ПРЯНИКИ,**

Выход: 2 ШТ, N рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПРЯНИКИ КГ	0,0580	0,058
------------	--------	-------

УЖИН

**СУФЛЕ РЫБНОЕ (МИНТАЙ), СОУС МОЛОЧНЫЙ**

Выход: 70/30, N рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0637	0,064
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0500	0,050
МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0028	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0028	0,003
ЯЙЦА	0,0122	0,012
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

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

МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0003	0,000
ВЫХОД:	0,0300	0,030
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002

Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

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

**КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.\***

Выход: 130, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0195	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1092	0,109
---------------------------	--------	-------

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

### 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 ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

### ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

## День 2

### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С СЫРОМ.МАСЛОМ Н/БАТ.

Выход: 20/15/5, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0400	0,040

#### СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Выход: 200, N рец.: 180 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,1400	0,140
ВОДА	0,0600	0,060
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0016	0,002
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0160	0,016
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 413 СБ 2016Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0120	0,012
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

#### ЯБЛОКИ..

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

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

### ОБЕД

#### САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ

Выход: 60, N рец.: 3 сБ 2012г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0504	0,050
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВОДА	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0060	0,006
--------------------------------	--------	-------

#### РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ

Выход: 200, N рец.: 146 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0160	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ВОДА	0,1400	0,140
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001

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

СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0600	0,060
---------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

### ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ\*

Выход: 50/50, N рец.: 378 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0793	0,079
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0140	0,014
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0044	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0037	0,004
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0500	0,050
МАССА СОУСА	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,1000	0,100

### КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ./

Выход: 130, N рец.: 252 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0598	0,060
ВОДА	0,0884	0,088
МАССА КАШИ	0,1248	0,125
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006
ВЫХОД:	0,1300	0,130

### НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)

Выход: 180, N 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, 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 ТВОРОГОМ..

Выход: 50, N рец.: 555 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0012	0,001
ЯЙЦА	0,0011	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0002	
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ

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

#### Вх. рецепт: ФАРШ ТВОРОЖНЫЙ (2-Й ВАРИАНТ)

ТВОРОГ	0,0227	0,023
ЯЙЦА	0,0010	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0013	0,001
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0010	0,001
ВАНИЛИН		
ВЫХОД:	0,0250	0,025

### УЖИН



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

### СУФЛЕ ИЗ КУР

Выход: 70, N рец.: 418 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОТВАРНАЯ МЯКОТЬ ПТИЦЫ БЕЗ	0,0470	0,047
ЯЙЦА	0,0130	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0153	0,015
ВОДА	0,0033	0,003
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0027	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0750	0,075
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0013	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003
МАССА ГОТОВОГО СУФЛЕ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070
ЦЫПЛЯТА БР	0,1090	0,109

### Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0016	0,002
ВЫХОД:	0,0200	0,020
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0016	0,002

### ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ.

Выход: 150, N рец.: 212 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0300	0,030
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,009
МАССА ПРИПУЩЕННЫХ ОВОЩЕЙ	0,0938	0,094
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0225	0,023
---------------------------	--------	-------

### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0390	0,039
--------------------------------	--------	-------

### Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-й ВАРИАНТ)

МОЛОКО 2,5%	0,0563	0,056
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0028	0,003
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,0563	0,056
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0028	0,003

### ЧАЙ С ЛИМОНОМ

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

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

### Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

### ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

## День 3

### ЗАВТРАК

### БУТЕРБРОД С СЫРОМ.МАСЛОМ Н/БАТ.

Выход: 20/15/5, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0400	0,040

### КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ\*

Выход: 180, N рец.: 270 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0400	0,040
МОЛОКО 2,5%	0,0990	0,099

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

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

### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).

Выход: 180, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1080	0,108
ВЫХОД:	0,1800	0,180

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

### СОК ПОРЦ..

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

СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### ОБЕД

### САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ

Выход: 40, N рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧЕСНОК	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0400	0,040

### Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0360	0,036
-------------------------------	--------	-------

### ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.

Выход: 180, N рец.: 156 сб 2012г, Порций: 1,00

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

### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

### ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ

Выход: 60/30, N рец.: 408 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0883	0,088
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0077	0,008
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ЖАРЕНОЙ ПЕЧЕНИ	0,0600	0,060
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0900	0,090

### Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-й ВАРИАНТ)

МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0003	
ВЫХОД:	0,0300	0,030
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002

### МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.

Выход: 130, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0442	0,044
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1248	0,125
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0022	0,002
ВЫХОД:	0,1300	0,130

### КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА

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

ИЗЮМ	0,0150	0,015
------	--------	-------

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ВОДА	0,1515	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

#### **ПОЛДНИК**

#### **ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.**

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

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

#### **ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.\***

Выход: 4ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0416	0,042
------------------	--------	-------

#### **УЖИН**

#### **ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (2018)**

Выход: 30, N рец.: 47 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК	0,1000	0,100
-----------------	--------	-------

#### **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
ЯЙЦА	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

#### **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ.**

Выход: 150, N рец.: 442 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,0660	0,066
МАССА ПРОТЕРТОЙ МОРКОВИ	0,0705	0,071
МОЛОКО 2,5%	0,0112	0,011
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0075	0,008
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0742	0,074
---------------------------	--------	-------

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0825	0,083
--------------------------------	--------	-------

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

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

### **День 4**

#### **ЗАВТРАК**

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ</b>		
Выход: 30/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0350	0,035

#### **ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ**

Выход: шт, N рец.: 310 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ.1К.	0,0570	0,057
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002

#### **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ**

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

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

#### **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

Выход: 150, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА МАННАЯ	0,0231	0,023
МОЛОКО 2,5%	0,0795	0,080
ВОДА	0,0525	0,053
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 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**

#### **МАНДАРИН.**

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

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

#### **ОБЕД**

#### **ИКРА КАБАЧКОВАЯ**

Выход: 60, N рец.: 128 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАБАЧКИ	0,0642	0,064
МАССА ГОТОВЫХ КАБАЧКОВ	0,0420	0,042
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0130	0,013
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0070	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0005	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### **СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ**

Выход: 200, N рец.: 169 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0240	0,024
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0080	0,008
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0080	0,008
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВОДА	0,1700	0,170
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0010	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0200	0,020
---------------------------	--------	-------

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

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

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

### РАГУ ИЗ ПТИЦЫ\*

Выход: 200, № рец.: 417 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0823	0,082
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0023	0,002
МАССА ЖАРеной ПТИЦЫ	0,0572	0,057
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0027	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0115	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0045	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0012	0,001
МАССА ГАРНИРА И СОУСА	0,1428	0,143
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0915	0,092
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0195	0,020
--------------------------------	--------	-------

### КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ.

Выход: 180, № рец.: 17840891-2016, Порций: 1,00

КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ "ВИТОШКА"	0,0180	0,018
ВОДА	0,1755	0,176

### 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

#### МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

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

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

#### СУШКА ГОРЧИЧНАЯ (ЗШТ)

Выход: 54, № рец.: , Порций: 1,00

СУШКИ ВЕСОВЫЕ	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0540	0,054

### УЖИН

#### ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА

Выход: 150, № рец.: 323 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1395	0,140
КРУПА МАННАЯ	0,0097	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0360	0,036
ЯЙЦА	0,0045	0,005
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0097	0,010
ВАНИЛИН	0,0001	
СМЕТАНА 15%	0,0052	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0052	0,005
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0052	0,005
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150

#### МОЛОКО СГУЩЕНОЕ

Выход: 30, № рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

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

#### 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:	0,0500	0,050

### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

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
-----------------------------	--------	-------

### День 5

#### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ Н/Б

Выход: 20/10/5, № рец.: 111 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

#### КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ,\*

Выход: 180, № рец.: 282 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0360	0,036
ВОДА	0,0504	0,050
МОЛОКО 2,5%	0,1008	0,101
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

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

Выход: 190, № рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0019	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0475	0,048
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0143	0,014
ВОДА	0,1615	0,162
ВЫХОД:	0,1900	0,190

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### СОК ПОРЦ..

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

СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### ОБЕД

#### ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,

Выход: 50, № рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

#### СВЕКОЛЬНИК.

Выход: 200, № рец.: 145 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ.	0,1600	0,160
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0344	0,034
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0512	0,051
-------------------------------	--------	-------

#### ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ(2018)

Выход: 80, № рец.: 342 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,1040	0,104
МАССА ВАРЕНОГО МЯСА	0,0640	0,064
МОЛОКО 2,5%	0,0176	0,018
ЯЙЦА	0,0104	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0016	0,002

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,0800	0,080
ВЫХОД:	0,0800	0,080

#### РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ

Выход: 150, N рец.: 210 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0300	0,030
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
МАССА ГОТОВОГО РАГУ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0720	0,072
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0240	0,024
--------------------------------	--------	-------

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

#### 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 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

##### КЕФИР.

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

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

#### ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ..

Выход: 75, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0463	0,046
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0011	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0033	0,003
ЯЙЦА	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ДРОЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0014	0,001
ВОДА	0,0225	0,023
МАССА ТЕСТА	0,0763	0,076
ЯЙЦА	0,0125	0,013
СМЕТАНА 15%	0,0046	0,005
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0171	0,017
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0913	0,091
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,0750	0,075

#### УЖИН

##### РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ, (МИНТАЙ)..

Выход: 120, N рец.: 348 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,1056	0,106
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0060	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0084	0,008
МАССА ЖАРеной РЫБЫ	0,0888	0,089
ЯЙЦА	0,0312	0,031
МОЛОКО 2,5%	0,0120	0,012

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0031	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МАССА ОМЛЕТА	0,0408	0,041
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1260	0,126
ВЫХОД:	0,1200	0,120

#### КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.\*

Выход: 130, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0195	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1092	0,109
---------------------------	--------	-------

#### 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 ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

#### День 6

#### ЗАВТРАК

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

Выход: 20/10, N рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

##### КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ,\*

Выход: 180, N рец.: 283 СБ 2012Г, Порций: 1,00

РИС КРУГЛЫЙ	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

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

Выход: 200, N 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

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

##### ЯБЛОКИ..

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

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

#### ОБЕД

##### ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОРЫ, ОГУРЦЫ).

Выход: 30/30, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ВЫХОД:	0,0600	0,060

##### СУП ИЗ ОВОЩЕЙ

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

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

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

#### **ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ,**

Выход: 200/5, N рец.: 311 СБ 2016г., Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1255	0,126
РИС КРУГЛЫЙ	0,0250	0,025
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0500	0,050
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0055	0,006
ЯЙЦА	0,0110	0,011
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0033	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2510	0,251
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,2000	0,200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,2050	0,205

#### **СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ).**

Выход: 50, N рец.: 447 СБ 2013, Порций: 1,00

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0025	0,003
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0025	0,003

#### **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 ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

#### **ПОЛДНИК**

##### **ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,**

Выход: 200, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

##### **ПРЯНИКИ,**

Выход: 2 ШТ, N рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПРЯНИКИ КГ	0,0580	0,058
------------	--------	-------

#### **УЖИН**

##### **ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С СОУСОМ**

Выход: 200/50, N рец.: 249 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0440	0,044
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0200	0,020
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0150	0,015
КРУПА МАННАЯ	0,0100	0,010
ЯЙЦА	0,0080	0,008
СМЕТАНА 15%	0,0050	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0100	0,010
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2350	0,235
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2500	0,250

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1250	0,125
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0430	0,043
<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ НА КАРТОФЕЛЬНОМ</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0015	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0025	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050

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

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

#### **День 7**

#### **ЗАВТРАК**

##### **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ**

Выход: 30/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0350	0,035

##### **ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ**

Выход: шт, N рец.: 310 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ.1К.	0,0570	0,057
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002

##### **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

Выход: 150, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА МАННАЯ	0,0231	0,023
МОЛОКО 2,5%	0,0795	0,080
ВОДА	0,0525	0,053
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

Выход: 200, N 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

#### **2-ОЙ ЗАВТРАК**

##### **СОК ПОРЦ..**

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

СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### **ОБЕД**

##### **ИКРА МОРКОВНАЯ**

Выход: 60, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРеной ОЧИЩЕННОЙ	0,0450	0,045
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0108	0,011

Наименование, состав изделия	N 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

#### **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ**

<b>Выход: 200, N рец.: 142 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
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 МЯСНОЙ.	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0160	0,016
---------------------------	--------	-------

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0100	0,010
--------------------------------	--------	-------

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

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0320	0,032
-------------------------------	--------	-------

#### **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ**

<b>Выход: 200, N рец.: 379 СБ 2012г, Порций: 1,00</b>		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,1009	0,101
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0070	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0028	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0636	0,064
МАССА ГОТОВЫХ ОВОЩЕЙ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1140	0,114
---------------------------	--------	-------

#### **НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)**

<b>Выход: 180, N рец.: 496 СБ 2018Г, Порций: 1,00</b>		
ШИПОВНИК	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

#### **ПОЛДНИК**

#### **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ\*\***

<b>Выход: 190, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,1900	0,190
ВЫХОД:	0,1900	0,190

#### **БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"**

<b>Выход: 60, N рец.: 663 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0378	0,038
САХАР-ПЕСОК	0,0072	0,007
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0078	0,008
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,0010	0,001
МОЛОКО 2,5%	0,0148	0,015
МАССА ТЕСТА	0,0670	0,067
КРОШКА:		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0012	0,001

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0012	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0012	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0015	0,002
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### **УЖИН**

#### **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ.**

<b>Выход: 60, N рец.: 72 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
КУРАГА	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0560	0,056
--------------------------------	--------	-------

#### **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ**

<b>Выход: 150/20, N рец.: 328 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
ТВОРОГ	0,1130	0,113
ЯЙЦА	0,0100	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0110	0,011
РИС КРУГЛЫЙ	0,0220	0,022
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СМЕТАНА 15%	0,0050	0,005
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1770	0,177
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1500	0,150
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,1700	0,170
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0200	0,020

#### **ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)**

<b>Выход: 180/7, N рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00</b>		
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**

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

#### **День 8**

#### **ЗАВТРАК**

#### **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ НА БАТОНЕ**

<b>Выход: 30/5/10, N рец.: 111 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
БАТОН.	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### **КАША "ДРУЖБА",\***

<b>Выход: 180, N рец.: 275 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0135	0,014
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0099	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0918	0,092
ВОДА	0,0630	0,063
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА КАШИ	0,1728	0,173
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

<b>Выход: 180, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00</b>		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1080	0,108
ВЫХОД:	0,1800	0,180

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### МАНДАРИН.

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

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

### ОБЕД

#### САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ

Выход: 60, N рец.: 21 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0546	0,055
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ

Выход: 200/20, N рец.: 160 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ВОДА	0,1500	0,150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,2200	0,220

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0400	0,040
---------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: КЛЕЦКИ МУЧНЫЕ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0062	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0097	0,010
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,0002
ЯЙЦА	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,001
МАССА ТЕСТА	0,0180	0,018
ВЫХОД:	0,0200	0,020

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

#### ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР

Выход: 70, N рец.: 420 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЦЫПЛЯТА БР	0,0520	0,052
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0110	0,011
ЯЙЦА	0,0060	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0150	0,015
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ ФРИКАДЕЛЕК	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

#### КАПУСТА ТУШЕНАЯ

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

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1575	0,158
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0067	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	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0060	0,006
--------------------------------	--------	-------

#### КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (2018)

Выход: 200, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00

КЛЮКВА СВЕЖАЯ	0,0200	0,020
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,015
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0090	0,009
ВОДА	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
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

#### КЕФИР,

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

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

#### ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.\*

Выход: 4ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0416	0,042
------------------	--------	-------

### УЖИН

#### САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ..

Выход: 60, N рец.: 11 СБ 2016г., Порций: 1,00

КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,0558	0,056
САХАР-ПЕСОК	0,0012	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ, СОУС

Выход: 70/30, N рец.: 397 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0770	0,077
МАССА ОТВАРНОГО МЯСА	0,0483	0,048
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0014	0,001
ЯЙЦА	0,0133	0,013
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0763	0,076
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0021	0,002
МАССА ГОТОВОГО СУФЛЕ	0,0700	0,070
ВЫХОД: С СОУСОМ	0,0910	0,091

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

МОЛОКО 2,5%	0,0168	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0013	0,001
ВЫХОД:	0,0168	0,017
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001

#### 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

#### КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

Выход: 150, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0225	0,023
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0067	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0013	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1260	0,126
---------------------------	--------	-------

#### 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 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

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040

## День 9

### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ

Выход: 30/5, № рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ДЛЯ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0350	0,035

#### ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ..

Выход: 165, № рец.: 311 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА	0,1015	0,102
МОЛОКО 2,5%	0,0635	0,064
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1650	0,165
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0064	0,006
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1595	0,160
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1650	0,165

#### ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, № рец.: 413 СБ 2016Г, Порций: 1,00

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0120	0,012
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

#### СОК ПОРЦ..

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

СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### ОБЕД

#### САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ\*

Выход: 50, № рец.: 3 сб 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0420	0,042
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0025	0,003
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВОДА	0,0025	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0050	0,005
--------------------------------	--------	-------

#### СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(ГОРБУША).

Выход: 200, № рец.: 165 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ФИЛЕ ГОРБУШИ	0,0430	0,043
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0350	0,035
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### Вх. рецепт: БУЛЬОН РЫБНЫЙ

ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ	0,0525	0,053
ВОДА	0,1820	0,182
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0011	0,001
ЯЙЦА	0,0042	0,004
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0035	0,004
ВЫХОД:	0,1400	0,140

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0904	0,090
---------------------------	--------	-------

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

#### КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Выход: 70, № рец.: 391 СБ 2012Г, Порций: 1,00

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0362	0,036
ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0240	0,024
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0133	0,013
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0077	0,008
МОЛОКО 2,5%	0,0161	0,016
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0049	0,005
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

#### КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ..

Выход: 130, № рец.: 438 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1248	0,125
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0059	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0013	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1287	0,129
---------------------------	--------	-------

#### 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:	0,1800	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

#### МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

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

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

#### БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ

Выход: 60, № рец.: 581 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0340	0,034
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0010	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
МОЛОКО 2,5%	0,0050	0,005
ЯЙЦА	0,0020	0,002
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0010	0,001
ВАНИЛИН	0,0002	
ВОДА	0,0170	0,017
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,0710	0,071
ВЫХОД:	0,0600	0,060

### УЖИН

#### ИКРА КАБАЧКОВАЯ

Выход: 60, № рец.: 128 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАБАЧКИ	0,0642	0,064
МАССА ГОТОВЫХ КАБАЧКОВ	0,0420	0,042
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0130	0,013
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0070	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0005	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060



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

**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
ЯЙЦА	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

**РИС ОТВАРНОЙ.**

Выход: 130, N рец.: 424 СБ 2012Г, Порций: 1,00

РИС ОБРАБ.ПАРОМ	0,0468	0,047
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0018	0,002
ВЫХОД:	0,1300	0,130

**ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).**

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

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

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

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

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

**День 10**

**ЗАВТРАК**

**БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ Н/Б**

Выход: 20/10/5, N рец.: 111 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**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

**КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.**

Выход: 170, N рец.: 281 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ГЕРКУЛЕС	0,0262	0,026
ВОДА	0,0493	0,049
МОЛОКО 2,5%	0,1003	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА КАШИ	0,1632	0,163
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0043	0,004
ВЫХОД:	0,1700	0,170

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

**ЯБЛОКИ,**

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

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

**ОБЕД**

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

**САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ**

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

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

**Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0540	0,054
-------------------------------	--------	-------

**РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ**

Выход: 200, N рец.: 148 СБ 2012Г, Порций: 1,00

РИС КРУГЛЫЙ	0,0040	0,004
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0001	
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ВОДА	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0600	0,060
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

**БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\***

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

ЦЫПЛЯТА БР	0,0518	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

**МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАР. С ОВОЩАМИ**

Выход: 150, N рец.: 433 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0435	0,044
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1245	0,125
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0126	0,013
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0043	0,004
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0014	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
МАССА ПАССЕРОВАННЫХ ОВОЩЕЙ	0,0300	0,030
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0165	0,017
--------------------------------	--------	-------

**НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ, (2018)**

Выход: 180, N рец.: 497 СБ 2018Г, Порций: 1,00

КЛЮКВА СВЕЖАЯ	0,0180	0,018
ВОДА	0,1800	0,180
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**СОУС ТОМАТНЫЙ.**

Выход: 30, N рец.: 465 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВОДА ИЛИ ОТВАР ОВОЩНОЙ	0,0150	0,015
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0054	0,005
ВЫХОД:	0,0300	0,030

**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

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
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 КАРТОФЕЛЕМ,\***

Выход: 70, № рец.: 567 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0420	0,042
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0011	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ЯЙЦА	0,0041	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ДРОЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0013	0,001
МОЛОКО 2,5%	0,0158	0,016
МАССА ТЕСТА	0,0618	0,062
МОЛОКО 2,5%	0,0154	0,015
ЯЙЦА	0,0041	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0039	0,004
СМЕТАНА 15%	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0846	0,085
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0002	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0011	0,001
ВЫХОД:	0,0700	0,070

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 36,74%	0,0478	0,048
------------------------------	--------	-------

**УЖИН**

**ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА**

Выход: 150, № рец.: 323 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1395	0,140
КРУПА МАННАЯ	0,0097	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0360	0,036
ЯЙЦА	0,0045	0,005
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0097	0,010
ВАНИЛИН	0,0001	
СМЕТАНА 15%	0,0052	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0052	0,005
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0052	0,005
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150

**МОЛОКО СГУЩЕННОЕ**

Выход: 30, № рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

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

**ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

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

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

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.**

Выход: 40, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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

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