



ООО «НИКА»

«Утверждено»

ООО «Ника»



/А.П. Теплоухов/

«01» Сентября 2022 г.

«Согласовано»

Директор МАОУ «Гимназия №1»



/О.Ю. Казанцева/

«01» Сентября 2022 г.

Примерное десятидневное меню

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

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений.
- Издательство: ЗАО «Уральский региональный центр питания» ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 6-е издание, переработанное и дополненное, Пермь 2012 г.- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

Издательство: Москва, ООО «Дели плюс», 2016 г.; разработан и подготовлен ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»; ФГБНУ «НИИ питания». СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.02.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

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

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

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

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

Ведомость контроля за рациональным питанием 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	0,70		0,77		0,70		0,80		0,77	1,00	0,47	0,50	-5,2
Какао-порошок				3,00				3,00				0,60	0,0
Картофель	150,30	62,20	205,40	189,70	16,00	230,00	129,30	256,00	142,50	91,00	147,24	140,00	5,2
Кондитерские изделия			25,00	50,00		36,00	20,00	25,00	25,00	20,00	20,10	20,00	0,5
Кофейный напиток	2,20		2,40		2,20		2,40		2,40	2,40	1,16	1,20	-3,3
Крупы (злаки), бобовые	103,20	9,00	72,10	45,00	30,80	63,00	9,00	40,00	27,70	47,70	44,75	43,00	4,1
Макаронные изделия		10,00			44,20	16,00			44,20		11,44	12,00	-4,7
Масло коровье сладкосливочное	22,60	21,30	23,15	10,30	17,37	24,50	33,00	22,30	17,90	22,18	21,46	21,00	2,2
Масло растительное	16,20	15,80	17,35	9,50	12,40	7,80	11,00	5,00	6,55	12,70	11,43	11,00	3,9
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	394,80	384,00	470,40	470,90	393,00	424,00	437,50	458,00	393,40	457,60	428,36	450,00	-4,8
Мука картофельная (крахмал)				21,60				9,00			3,06	3,00	2,0
Мука пшеничная хлебопекарная	33,10	21,80	23,52	24,20	28,93	24,50	35,70	21,80	23,77	37,98	27,53	29,00	-5,1
Мясо(бескостное/на кости)	73,00	28,50	113,00	59,50	91,00	28,00		83,00		45,00	52,10	55,00	-5,3
Напитки витаминизированные	20,00		9,00				9,50			10,00	4,85	5,00	-3,0
Овощи, зелень	149,30	294,60	144,60	128,20	369,71	136,20	97,20	342,10	223,00	249,40	213,43	220,00	-3,0
Печень(Субпродукты)		52,00	103,00		93,60	51,50					24,81	25,00	-0,8
Птица(куры 1 кат.потр/цыплята-бр-индейка)	81,00		28,80	132,00		26,60		52,00	97,00		22,76	24,00	-5,2
Рыба(филе)в т.ч.филе слабо-или малосоленое	28,70	30,50	20,62	39,00	30,41	36,14	25,20	32,50	33,62	36,50	37,08	37,00	0,2
Сахар		4,50	32,20	10,00	30,50		14,50	10,00	1,80	10,00	11,35	11,00	3,2
Сметана с м.д.ж.не более 15%	200,00		200,00	200,00	200,00			200,00		200,00	100,00	100,00	0,0
Соки фруктовые (овощные)	4,10	6,03	4,39	3,70	6,70	4,60	4,00	4,90	6,99	4,00	4,94	5,00	-1,2
Соль пищевая поваренная	10,00		10,00	10,00		10,00	10,00		10,00		6,00	6,00	0,0
Сыр неострых сортов (твердый,мягкий,плавленый)		138,00					138,00			113,00	38,90	40,00	-2,8
Творог,творожн.изд.с м.д.ж.не менее 5%	35,80	130,00	18,00	140,00	76,20	130,00	239,20	26,80	167,00	36,00	99,90	100,00	-0,1
Фрукты (плоды) свежие		20,00	20,00			20,00	18,00		20,00	15,00	11,30	11,00	2,7
Фрукты (плоды) сухие													
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	88,00	149,00	33,00	90,00	50,00	52,70	106,00	103,00	43,30	60,00	77,50	80,00	-3,1
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,00	40,00	40,00	20,00	60,00	60,00	40,00	40,00	80,00	80,00	48,00	50,00	-4,0
Чай,включая фиточай	0,50	1,00	0,50	1,00	0,50	1,00	0,50	0,50	1,00	0,50	0,70	0,60	16,7
Яйцо куриное диетическое	8,60	118,01	9,25	39,00	53,30		128,50		9,15	15,00	38,08	40,00	-4,8

Итого в среднем на одного питающегося:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
		69,28	62,99	246,27
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	2889,99	3199,69	909,45	274,06
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	2350,07	0,94	1,97	11,33
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1254,86	15,51

Примерное Меню (3-7 лет)

День 1

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
75 СБ 2021Г.	СЫР(ПОРЦИОННО)2021	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,0	90,00	59,00	5,00	0,09
230 СБ 2021Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (2021).	200	6,19	6,48	31,18	208,49	0,08	0,18	1,37	40,6	134,54	121,93	20,20	0,44
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАР.)(2018).	180	1,31	1,14	11,15	60,38	0,02	0,07	0,59	9,0	54,27	40,50	6,30	0,07
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			12,55	10,65	58,05	379,10	0,13	0,30	2,03	72,6	284,51	240,93	35,40	0,96

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

Итого по подменю: 92,00														
3 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ БИКАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ 2021).	80	0,89	4,95	4,85	67,56	0,02	0,02	22,32		26,08	16,81	9,55	0,90
144 СБ 2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).	180	5,27	3,19	21,65	136,46	0,23	0,12	14,22	14,4	52,46	130,88	61,81	2,15
330 СБ 2021Г	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (СБ 2021)	200	18,00	20,27	43,48	428,08	0,09	0,23	6,42	11,0	90,28	206,83	35,37	2,35
17840891- 2016	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	200			18,40	73,60	0,03	0,03	2,01	0,0				
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			27,26	28,69	107,14	796,82	0,42	0,42	44,97	25,4	178,11	391,90	115,28	6,33

ПОЛДНИК

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

УЖИН

№ 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		
0012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,89	3,06	5,19	51,81	0,01	0,02	5,90			21,83	25,43	12,98	0,83	
0012Г	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ (ТТК)	100	15,39	5,47	10,14	151,53	0,12	0,15	0,73	40,6		72,53	236,61	51,15	0,99	
0017СБ	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,73	0,14	0,11	21,31	27,1		37,16	80,74	27,06	0,99	
0018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,89			11,89	8,97	4,80	0,81	
0022СБ	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 подмену:			20,58	13,81	52,60	417,28	0,29	0,29	30,83	67,7	147,41	364,75	98,79	3,84		
Итого за день: 0,00 руб.			72,42	60,34	275,45	2028,68	0,95	1,27	78,73	204,0	806,63	1177,98	278,05	11,81		

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

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	23,24	17,75	22,24	21,06
Второй завтрак (5%)	50,48	47,82	41,05	5,11
Обед (35%)	22,28	11,98	22,09	44,27
Полдник (15%)	37,41	22,43	20,15	19,08
Ужин (20%)				22,93
Итого за день (85 - 105%)	133,41	99,98	105,53	112,46

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

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

Калькулятор Мельникова А.А./

"Утверждаю" _____ //

ООО "Ника"

День 2

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
79 СБ 2021Г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05			0,01			20,0	1,20	1,50		0,01
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.(СБ 2021)	170	15,92	20,52	4,00	264,87		0,86	0,59	0,10		308,2	143,84	272,75	22,62	2,85
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15			0,08	0,02		10,0	70,25	53,25	11,40	0,92
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50			0,01	0,03			5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			19,90	25,82	37,23	461,57		1,61	0,69	0,15		338,2	220,99	347,00	37,92	4,14

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

47 СБ 2021Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.(СБ 2021)	60	0,65	3,70	4,15	52,53		5,20	0,02	0,03			9,75	22,11	9,49	0,35
129 СБ 2021Г	СУП С МИЗД.И КАРТ.С ФРИКАДЕЛЬКАМИ(2021)	200/25	7,68	8,10	14,77	162,55		9,37	0,09	0,09		5,0	18,57	98,67	21,65	1,50
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44		1,27	0,11	0,07		24,4	41,78	109,95	14,84	0,92
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕННАЯ,.*	150	3,63	5,15	15,53	122,97		78,74	0,09	0,07		27,2	92,62	67,50	34,11	1,29
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,40	0,01				22,50	15,40	6,00	1,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88			0,01	0,02			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48			0,01	0,03			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			28,31	26,30	91,17	716,91		94,98	0,34	0,31		56,6	194,51	351,01	94,64	6,22

ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00		2,60	0,30	0,08		40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
274 СБ 2004	БАРАНКИ	ШТ	4,16	0,52	25,68	124,40			0,03	0,09			11,20	45,60	17,60	1,04

№ 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:														9,96	5,52	35,28	232,40	0,17	0,33	2,60	40,0	251,20	225,60	45,60	1,24
УЖИН																									
21 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..	60	0,70	3,65	6,71	62,47	0,03	0,04	2,69		14,62	29,66	20,44	0,39											
279 СБ 2021Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..	150	31,27	8,68	22,68	293,92	0,07	0,40	0,70	81,1	238,11	327,18	34,53	0,85											
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	2,55	16,65	98,19	0,02	0,11	0,30	12,6	92,10	65,70	10,20	0,06											
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180			9,04	36,17			0,09		9,09	7,43	3,96	0,77											
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44											
Итого по подменю:														37,17	15,20	74,76	584,51	0,16	0,56	3,78	93,7	361,92	455,97	74,73	2,51

Итого за день: 0,00 руб. 95,86 73,36 251,18 2053,11 0,82 1,94 112,97 528,5 1044,62 1390,58 261,89 16,31

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	36,85	43,03	14,26	25,64
Второй завтрак (5%)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35%)	52,43	43,83	34,93	39,83
Полдник (15%)	18,44	9,20	13,52	12,91
Ужин (20%)	68,83	25,33	28,64	32,47
Итого за день (85 - 105%)	177,52	122,27	96,24	114,07

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:2,6

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

День 3

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
65 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-й ВАРИАНТ)	10/10/5	2,69	6,24	0,97	70,83	0,01	0,05	1,07	43,0	94,00	63,10	5,80	0,17
284 СБ 2012Г	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)*	180	7,58	10,62	35,52	268,73	0,10	0,20	3,23	61,2	154,21	221,94	31,72	1,19
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАР.)(2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,09	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
Итого по подменю:			13,17	19,37	51,27	433,65	0,15	0,40	5,60	124,2	368,51	375,04	51,52	1,49

Итого по подменю:

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

Итого по подменю:

ОБЕД

1 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ*(СБ 2021)	80	1,23	4,87	7,46	78,55	0,02	0,03	28,80		33,14	23,80	12,89	0,45
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	1,57	2,23	12,36	75,79	0,07	0,06	13,31	11,5	21,72	45,46	18,72	0,65
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70/30	18,90	16,36	6,50	248,81	0,32	2,27	34,04	8471,5	26,17	334,22	20,08	7,18
213 СБ 2021Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(2021).	130	5,93	4,81	21,59	153,79	0,17	0,16	0,81	24,4	83,20	154,14	73,80	2,26
494 СБ 2021Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМ(2021)	200	0,46	0,10	23,14	95,30	0,03	0,02			16,30	25,80	8,40	0,63
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			31,19	28,65	89,81	743,36	0,66	2,56	76,96	8507,5	189,82	620,80	142,44	12,10

Итого по подменю:

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР,	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
530 СБ 2021Г	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)	50	2,85	6,08	34,21	202,93	0,05	0,03	0,13	4,8	10,28	28,64	6,03	0,68
Итого по подменю:			8,65	11,08	42,21	303,13	0,11	0,29	1,18	34,8	190,28	163,64	27,03	0,83

Итого по подменю:

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
16 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,38	6,05	1,04	60,12	0,02	0,01	3,82			17,10	7,82	0,30
334 СБ 2021г.	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ/СВИНИНА(2021)	200	3,91	6,04	26,82	177,56	0,19	0,13	31,00	26,7		100,00	36,34	1,53
454 СБ 2012Г	СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.*	20	0,31	2,37	0,70	25,34		0,01	0,03	17,0		6,58	0,88	0,03
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".	180			8,58	34,34			0,05			4,13	2,20	0,41
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01				24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			6,18	14,58	46,06	341,60	0,24	0,16	34,90	43,7		152,19	52,99	2,98
Итого за день: 0,00 руб.			59,19	73,68	229,35	1913,74	1,16	3,41	118,64	8710,3	801,61	1311,67	273,98	17,40

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	24,39	32,28	19,64	24,09
Второй завтрак (5 %)	57,76	47,73	34,41	5,11
Обед (35 %)	16,02	18,47	16,17	41,30
Полдник (15 %)	11,44	24,30	17,65	16,84
Ужин (20 %)				18,96
Итого за день (85 - 105 %)	109,61	122,78	87,87	106,31

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

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

День 4

Примерное Меню (3-7 лет)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
75 СБ 2021Г.	СЫР(ПОРЦИОННО)2021	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,0	90,00	59,00	5,00	0,09
223 СБ 2021Г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),	180	7,49	5,96	35,08	224,54	0,22	0,15	1,12	35,2	118,75	184,34	49,56	1,33
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	25,07	142,03	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75	0,82
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
Итого по подменю:			15,34	11,80	70,63	451,30	0,28	0,36	2,49	78,2	336,99	365,99	83,91	2,48

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	ГРУША	ШТ	0,56	0,42	14,42	63,70	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22
Итого по подменю:			0,56	0,42	14,42	63,70	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22

ОБЕД

26 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(2021).	60	0,86	3,65	5,07	56,62	0,01	0,02	5,76		21,68	24,92	12,69	0,81
116 СБ 2021Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ 2021)	200/10	1,73	6,21	9,06	99,05	0,07	0,06	17,88	15,0	31,29	47,14	18,35	0,66
321 СБ 2021	МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА (СБ 2021)	70	0,65	1,46	3,72	30,64	0,02	0,01	2,25		7,61	14,45	6,87	0,23
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,73	0,14	0,11	21,31	27,1	37,16	80,74	27,06	0,99
517 СБ 2012Г	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.	180	0,02	0,02	14,10	56,69			0,32		1,57	0,65	0,43	0,09
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			9,08	16,73	68,89	463,85	0,29	0,22	47,52	42,1	108,60	205,28	73,95	3,71

ПОЛДНИК

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ,	2 ШТ	1,95	15,30	31,25	270,50	0,03	0,01		3,0	4,00	21,00	3,00	0,30

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:														9,95	18,30	59,85	443,90	0,08	0,24	0,90	18,0	190,00	163,50	25,50	0,45	
УЖИН																										
24 СБ 2016Г	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ	60	1,01	2,59	7,56	57,60	0,06	0,04	10,95		10,77	29,75	12,34	0,49												
348 СБ 2012Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ, (МИНТАЙ)	150	27,61	11,29	8,96	248,00	0,20	0,34	0,86	113,7	98,72	415,99	81,47	2,22												
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ, (2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,19	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90												
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36												
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22												
Итого по подменю:														34,08	15,71	54,53	496,17	0,33	0,48	12,56	123,7	189,29	531,49	111,91	4,19	

Итого за день: 0,00 руб. 69,01 62,96 268,32 1918,92 1,01 1,34 70,47 262,0 851,48 1288,66 312,07 14,05

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	28,41	19,67	27,06	25,07
Второй завтрак (5%)	1,04	0,70	5,52	3,54
Обед (35%)	16,81	27,88	26,39	25,78
Полдник (15%)	18,43	30,50	22,93	24,66
Ужин (20%)	63,11	26,18	20,89	27,57
Итого за день (85 - 105%)	127,80	104,93	102,80	106,62

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

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

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	ШТ	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	34,86	97,50	6,44	1,31
79 СБ 2021г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	200	7,25	8,48	29,75	225,20	0,19	0,21	1,53	43,6	161,91	209,32	56,43	1,28
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАР.)(2018).	180	1,31	1,14	11,15	60,38	0,02	0,07	0,59	9,0	54,27	40,50	6,30	0,07
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			17,44	19,42	57,04	473,68	0,28	0,52	2,12	197,6	257,94	368,32	73,07	3,03

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

475 СБ 2012	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ.	60	1,46	6,06	6,33	85,65	0,05	0,05	11,70		15,63	34,80	19,74	0,70
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,67	3,74	10,30	81,51	0,05	0,05	16,80	12,0	38,45	45,96	20,78	0,94
359 СБ 2021г	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)..	90	17,93	13,35	9,67	230,55	0,30	2,08	30,96	7713,4	32,74	313,42	19,77	6,60
256 СБ 2021Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)	130	4,90	4,34	31,23	183,63	0,08	0,02		20,8	13,33	40,76	7,29	0,75
488 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(2018)	180	0,46	0,20	15,15	64,28	0,02	0,02	24,92		17,82	11,93	7,67	0,87
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			31,10	28,09	100,36	780,98	0,55	2,24	84,38	7746,2	127,26	484,25	83,80	10,79

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

№ 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
535 СБ 2021Г	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ (2021).	50	5,78	6,25	36,20	224,21	0,10	0,07	1,13	15,9	19,35	65,44	16,97	0,88
Итого по подменю:			11,58	11,25	45,80	332,21	0,18	0,37	3,73	55,9	259,35	245,44	44,97	1,08

УЖИН

14 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(СБ 2021).	50	0,34	3,05	0,91	32,34	0,01	0,01	3,33		8,44	14,39	6,67	0,24
329 СБ 2021г.	БИГУС СО СВИНИНОЙ(СБ 2021)	200	3,15	4,17	9,22	87,01	0,06	0,08	70,54		81,20	60,73	32,25	1,16
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	180/7	0,06	0,01	13,74	55,29			2,89		12,03	8,97	4,80	0,82
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			5,13	7,35	32,79	218,88	0,10	0,10	76,76		106,96	108,47	49,47	2,93

Итого за день: 0,00 руб. 65,25 66,11 235,99 1897,75 1,11 3,23 166,99 7999,8 751,51 1206,48 251,31 17,83

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	32,30	32,37	21,85	26,32
Второй завтрак (5 %)	57,11	46,78	37,90	5,11
Обед (35 %)	21,48	18,78	17,56	43,00
Полдник (15 %)	9,50	12,25	12,56	18,48
Ужин (20 %)				12,16
Итого за день (85 - 105 %)	120,39	110,18	89,87	105,06

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,6

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

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
65 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-й ВАРИАНТ)	10/10/5	2,69	6,24	0,97	70,83	0,01	0,05	1,07	43,0	94,00	63,10	5,80	0,17
180 СБ 2012Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,83	4,43	19,61	142,63	0,08	0,22	1,82	32,0	171,33	140,22	22,16	0,40
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0	70,25	53,25	11,40	0,92
Итого по подменю:			9,97	11,92	38,02	300,61	0,11	0,35	3,64	85,0	335,58	256,57	39,36	1,49

Итого по подменю:

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

Итого по подменю:

ОБЕД

120 СБ 2012Г	ПОМИДОР СВЕЖИЙ,*	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
144 СБ 2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).	180	5,27	3,19	21,65	136,46	0,23	0,12	14,22	14,4	52,46	130,88	61,81	2,15
347 СБ 2021Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	70	12,02	12,06	9,97	196,63	0,06	0,11	0,71	13,4	26,16	115,74	14,88	8,06
386 СБ 2021Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(2021)	130	3,20	4,66	33,38	188,18	0,02	0,08	0,32	32,2	66,43	44,49	6,96	0,14
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			26,27	20,45	116,74	758,53	0,40	0,36	30,65	60,0	185,24	359,49	110,20	13,05

Итого по подменю:

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	КЕФИР..	220	6,38	5,50	8,80	110,22	0,07	0,28	1,16	33,0	198,00	148,50	23,10	0,17
504 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ,	3 ШТ	2,70	3,53	26,78	149,69	0,03	0,02		3,6	10,44	32,40	7,20	0,76
Итого по подменю:			9,08	9,03	35,58	259,91	0,10	0,30	1,16	36,6	208,44	180,90	30,30	0,93

Итого по подменю:

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	
69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.	50	0,69	5,04	4,02	64,20	0,01	0,02	4,52			17,38	19,73	9,98	0,64
308 СБ 2016 Г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФ.С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУС.,	200/30	13,73	9,97	37,94	296,41	0,39	1,28	56,18	4263,0		31,90	282,77	54,97	5,42
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180			9,04	36,17			0,09			9,09	7,43	3,96	0,77
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			16,00	15,13	59,92	441,02	0,43	1,31	60,79	4263,0		63,66	334,31	74,66	7,54
Итого за день: 0,00 руб.			61,84	57,05	263,00	1817,79	1,07	2,34	106,24	4444,6		808,92	1142,27	263,52	25,21

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	18,46	19,87	14,57	16,70
Второй завтрак (5%)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35%)	47,89	32,98	43,14	40,80
Полдник (15%)	16,81	15,05	13,63	14,44
Ужин (20%)	29,63	25,22	22,96	24,50
Итого за день (85 - 105%)	113,76	93,98	99,18	99,65

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

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

Калькулятор Мельникова А.А./

ООО "Ника"

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	Fe		
ЗАВТРАК																
75 СБ 2021Г.	СЫР(ПОРЦИОННО)2021	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,0	90,00	59,00	5,00	0,09		
311 СБ 2012Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,	170	15,28	22,08	4,03	276,36	0,10	0,57	0,85	321,0	142,59	264,01	21,94	2,73		
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАР.)(2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,09	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13		
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24		
Итого по подменю:			22,40	27,48	29,29	455,18	0,16	0,77	2,22	364,0	356,69	426,01	43,54	3,19		

2-ОЙ ЗАВТРАК

126 СБ 2012Г	БАНАН*	ШТ	3,30	1,10	46,20	207,90	0,09	0,11	22,00		17,60	61,60	92,40	1,32
Итого по подменю:			3,30	1,10	46,20	207,90	0,09	0,11	22,00		17,60	61,60	92,40	1,32

ОБЕД

22 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021).	60	0,56	3,71	4,45	53,43	0,03	0,03	3,78		13,12	22,64	15,86	0,68
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,76	4,17	7,71	75,36	0,06	0,06	25,69	15,0	41,16	44,76	19,06	0,67
303 СБ 2021Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ.(СБ 2021).	100	14,98	7,19	3,27	137,91	0,11	0,21	0,76	66,6	79,51	239,37	47,05	1,11
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).	130	2,72	5,11	18,18	129,73	0,14	0,11	21,31	27,1	37,16	80,74	27,06	0,99
494 СБ 2021Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(ХИЗЮМ)(2021).	180	0,41	0,09	20,83	85,77	0,03	0,01			14,67	23,22	7,56	0,57
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			25,11	20,67	82,12	617,56	0,42	0,44	51,54	108,7	194,91	448,11	125,14	4,95

ПОЛДНИК

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

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг														
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe										
Итого по подменю:													11,68	9,32	58,39	364,18	0,11	0,26	0,90	46,0	195,33	176,56	28,16	0,62
УЖИН																								
72 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)**	20/20	1,74	0,28	23,48	103,32	0,02	0,01	0,10		6,60	14,80	4,00	0,50										
279 СБ 2021Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..	150	31,27	8,68	22,68	293,92	0,07	0,40	0,70	81,1	238,11	327,18	34,53	0,85										
440 СБ 2013г.	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..	30	0,79	1,45	4,93	36,06	0,01	0,04	0,29	9,3	27,59	21,64	3,34	0,05										
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША",	190			9,06	36,25			0,05		5,17	4,35	2,32	0,43										
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44										
Итого по подменю:													36,84	10,73	79,83	563,31	0,14	0,46	1,14	90,4	285,47	393,97	49,79	2,27
Итого за день: 0,00 руб.													99,33	69,30	295,83	2208,13	0,92	2,04	77,80	609,2	1050,00	1506,25	339,03	12,35

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	41,48	45,80	11,22	25,29
Второй завтрак (5 %)	6,11	1,83	17,70	11,55
Обед (35 %)	46,50	34,45	31,46	34,32
Полдник (15 %)	21,63	15,53	22,37	20,23
Ужин (20 %)	68,22	17,88	30,59	31,29
Итого за день (85 - 105 %)	183,94	115,50	113,34	122,69

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

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

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

Примерное Меню (3-7 лет)

День 8

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
79 СБ 2021Г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05		0,01		20,0	1,20	1,50			0,01
235 СБ 2021Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).	180	6,79	6,70	32,81	219,32	0,19	0,16	1,17	36,0	120,04	166,46	42,55		1,09
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)..	200	3,63	2,95	25,07	142,03	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75		0,82
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90		0,36
Итого по подменю:			12,95	13,70	73,67	470,90	0,26	0,34	2,47	76,0	251,38	297,11	73,20		2,28

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

60 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,89	3,06	5,19	51,81	0,01	0,02	5,90		21,83	25,43	12,98		0,83
100 СБ 2021Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(2021)	200	2,07	4,31	13,83	102,41	0,09	0,06	14,09	15,0	24,85	63,42	21,50		0,80
328 СБ 2021Г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ(2021)	200	4,56	5,17	34,52	203,21	0,25	0,16	46,71	24,0	35,33	129,97	52,66		2,11
476 СБ 2018 Г.	КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)	180	0,12	0,11	23,14	93,96	0,01	0,01	2,68		8,29	9,88	2,41		0,63
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80		0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75		0,71
Итого по подменю:			12,32	13,05	104,36	586,75	0,41	0,27	69,38	39,0	99,59	266,08	98,10		5,30

ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,0	240,00	180,00	28,00		0,20
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ	1ШТ	0,98	7,65	15,63	135,25	0,01	0,01		1,5	2,00	10,50	1,50		0,15
Итого по подменю:			6,78	12,65	25,23	243,25	0,09	0,31	2,60	41,5	242,00	190,50	29,50		0,35

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
120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ*	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4	41,78	109,95	14,84	0,92
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕННАЯ,*	150	3,63	5,15	15,53	122,97	0,07	0,09	78,74	27,2	92,62	67,50	34,11	1,29
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ,.(2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,19	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подменю:			19,77	15,71	56,06	445,14	0,22	0,30	84,96	61,6	222,70	274,70	74,35	3,85
Итого за день: 0,00 руб.			51,82	55,11	259,32	1838,04	0,98	1,22	159,41	218,1	815,67	1028,39	275,15	11,78

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,98	22,83	28,23	26,16
Второй завтрак (5 %)				5,11
Обед (35 %)	22,81	21,75	39,98	32,58
Полдник (15 %)	12,56	21,08	9,67	13,51
Ужин (20 %)	36,61	26,18	21,48	24,73
Итого за день (85 - 105 %)	95,96	91,85	99,36	102,10

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

Директор Д.И.Ф. Теплоухов А.П./ Зав. производством

Калькулятор

Мельникова А.А.

День 9

Примерное Меню (3-7 лет)

№ 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	
65 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ С МАСЛОМ Н/Б(3-Й ВАРИАНТ)	10/10/5	2,69	6,24	0,97	70,83	0,01	0,05	1,07	43,0	94,00	63,10	5,80	0,17	
236 СБ 2021Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),	180	4,69	5,88	29,54	190,49	0,06	0,16	1,22	36,7	116,49	89,90	27,00	0,40	
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0	70,25	53,25	11,40	0,92	
Итого по подменю:			8,83	13,37	47,95	348,47	0,09	0,29	3,04	89,7	280,74	206,25	44,20	1,49	

2-ОЙ ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
126 СБ 2012Г	ГРУША.	ШТ	0,64	0,48	16,48	72,80	0,03	0,05	8,00		30,40	25,60	19,20	3,68
Итого по подменю:			0,64	0,48	16,48	72,80	0,03	0,05	8,00		30,40	25,60	19,20	3,68

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
47 СБ 2021Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ 2021)	50	0,69	3,09	4,34	48,00	0,03	0,02	5,33		11,89	22,76	10,13	0,43
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК..	180	1,64	1,86	12,37	72,78	0,06	0,05	13,09	9,9	41,64	52,04	23,02	1,19
356 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ,*	70	10,74	2,35	7,06	92,47	0,08	0,10	0,41	23,6	43,15	161,10	34,76	0,74
256 СБ 2021Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)	130	4,90	4,34	31,23	183,63	0,08	0,02	20,8		13,33	40,76	7,29	0,75
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			23,09	12,06	104,46	621,30	0,30	0,22	19,23	54,3	141,80	329,44	89,75	5,27

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
530 СБ 2012Г	КЕФИР,	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
530 СБ 2021Г	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)	50	2,85	6,08	34,21	202,93	0,05	0,03	0,13	4,8	10,28	28,64	6,03	0,68
Итого по подменю:			8,65	11,08	42,21	303,13	0,11	0,29	1,18	34,8	190,28	163,64	27,03	0,83

УЖИН

№ 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	
21 СБ 2021Г	САПАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)	100	1,17	6,08	11,18	104,13	0,05	0,06	4,49			24,37	49,46	34,09	0,64
376 СБ 2021Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(2021)	200	20,76	18,04	19,15	322,04	0,22	0,23	24,64	38,8		34,42	229,55	50,57	2,45
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200Г	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90			13,05	9,79	5,24	0,91
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			25,15	24,37	63,42	575,96	0,30	0,30	32,03	38,8		77,13	313,18	95,65	4,71
Итого за день: 0,00 руб.			66,36	61,36	274,52	1921,66	0,83	1,15	63,48	217,7		720,35	1038,11	275,83	15,98

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	17,70	23,35	20,02	20,79
Второй завтрак (5%)	1,19	0,80	6,31	4,04
Обед (35%)	42,74	20,27	40,02	34,56
Полдник (15%)	16,02	18,47	16,17	16,84
Ужин (20%)	46,57	40,62	24,30	32,08
Итого за день (85 - 105%)	124,22	103,50	106,83	108,32

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

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

Калькулятор Мельникова А.А.

День 10

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
79 СБ 2021Г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021	5	0,04	3,63	0,07	33,05			0,01			20,0	1,20	1,50		0,01
229 СБ 2021Г	КАША "ДРУЖБА"(2021).	180	4,78	6,02	25,53	176,06		0,05	0,17	1,29		39,0	132,44	128,32	18,77	0,32
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАР.)(2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,09		0,04	0,15	1,30		20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,66	0,28	10,48	51,00		0,02	0,01				3,80	13,00	2,60	0,24
Итого по подменю:			9,38	12,44	50,86	354,20		0,11	0,34	2,59		79,0	257,74	232,82	35,37	0,70

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

1 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ.(СБ 2021)	100	1,54	6,08	9,32	98,19		0,03	0,04	36,00			41,24	29,71	16,10	0,56
117 СБ 2021Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	200	3,05	3,34	11,28	87,32		0,09	0,06	21,66			40,47	75,59	24,76	1,09
350 СБ 2021Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЕЖИКИ"	70	8,60	11,43	11,20	182,12		0,05	0,11	2,18		14,5	51,64	111,43	15,86	1,23
348 СБ 2016Г	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (2016),	130	3,30	3,94	16,34	114,06		0,13	0,12	32,11		20,3	55,03	92,60	41,84	1,24
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	180	0,14	0,14	17,00	69,88		0,01	0,01	3,60			6,17	3,96	3,24	0,83
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88		0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48		0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			21,31	25,33	92,82	686,93		0,36	0,36	95,55		34,9	203,84	350,67	110,35	5,88

ПОЛДНИК

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг														
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe										
Итого по подменю:													9,85	12,32	32,98	282,16	0,10	0,30	0,63	68,0	265,30	225,76	34,66	0,70
УЖИН																								
72 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)**	20/20	1,74	0,28	23,48	103,32	0,02	0,01	0,10				6,60	14,80	4,00	0,50								
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	150	26,89	5,15	36,14	298,43	0,09	0,37	0,57	82,4			208,08	303,46	35,83	1,39								
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20	1,44	1,70	11,10	65,46	0,01	0,08	0,20	8,4			61,40	43,80	6,80	0,04								
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200		9,54	9,54	38,16			0,06				5,88	4,95	2,64	0,49								
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01					5,29	24,38	5,75	0,71								
Итого по подменю:													33,23	7,37	98,10	593,85	0,15	0,47	0,93	90,8	287,25	391,39	55,02	3,13

Итого за день: 0,00 руб. 73,77 57,46 274,76 2009,14 0,72 1,47 99,70 272,8 1014,13 1200,64 235,40 10,41

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	17,37	20,73	15,66	17,46
Второй завтрак (5%)				5,11
Обед (35%)	39,46	42,22	35,56	38,17
Полдник (15%)	18,24	20,53	12,64	15,68
Ужин (20%)	61,54	12,28	37,59	32,99
Итого за день (85 - 105%)	136,61	95,77	101,45	109,41

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,6

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

Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (3-7 лет)

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
День 1					
ЗАВТРАК					
СЫР(ПОРЦИОННО)2021					
Выход: 10, N рец.: 75 СБ 2021Г., Порций: 1,00					
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0100	0,010	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0080	0,008
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (2021),.					
Выход: 200, N рец.: 230 СБ 2021Г, Порций: 1,00					
МОЛОКО 2,5%	0,1053	0,105	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВОДА	0,0667	0,067	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2500	0,250
КРУПА МАННАЯ	0,0300	0,030	ЗЕЛЕНЬ	0,0030	0,003
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0049	0,005	ВЫХОД:	0,2000	0,200
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002		Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0049	0,005	МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0176	0,018
ВЫХОД:	0,2000	0,200	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАР.) (2018).					
Выход: 180, N рец.: 464 СБ 2018Г, Порций: 1,00					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0022	0,002	Выход: 200, N рец.: 17840891-2016, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045	КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ "ВИТОШКА"	0,0200	0,020
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009	ВОДА	0,1950	0,195
ВОДА	0,1440	0,144	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		
ВЫХОД:	0,1800	0,180	Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН					
Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
БАТОН.	0,0300	0,030	ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА		
2-ОЙ ЗАВТРАК					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,2000	0,200	ХЛЕБ РЖАНОЙ		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ 2021),					
Выход: 80, N рец.: 3 СБ 2021Г, Порций: 1,00					
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0432	0,043	ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0288	0,029	Выход: 200, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005	ЙОГУРТ 2,5%		
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0004		Выход: 50, N рец.: 541 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ВОДА ДЛЯ РАЗВЕДЕНИЯ	0,0040	0,004	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002		ВОДА		
ВЫХОД:	0,0800	0,080	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).					
Выход: 180, N рец.: 144 СБ 2013Г, Порций: 1,00					
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	0,0150	0,015	ЯЙЦО		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007	САХАРНЫЙ ПЕСОК		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1170	0,117	ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001	ВАНИЛИН		
ВЫХОД:	0,1800	0,180	МУКА НА ПОДПЫЛ		
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ					
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0450	0,045	ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ		
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ					
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0090	0,009	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ		
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (СБ 2021)					
Выход: 200, N рец.: 330 СБ 2021Г, Порций: 1,00					
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0730	0,073	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА		
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0600	0,060	ВЫХОД:		
РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0552	0,055	УЖИН		
МАССА РАССЫПЧАТОГО РИСА	0,1560	0,156	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008	Выход: 60, N рец.: 60 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ		
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
			ВЫХОД:		
			Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
			СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%		
			ВЫХОД:		
			РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ (ТТК)		
			Выход: 100, N рец.: ТТК, Порций: 1,00		
			МИНТАЙ С/М Б/Г		
			ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА		
			МОЛОКО 2,5%		
			ЯЙЦО		
			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
			МАССА ПОЛУФАБРИКАТА		
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
			МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ		
			ВЫХОД:		
			ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).		
			Выход: 130, N рец.: 377 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
			МОЛОКО 2,5%		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1053	0,105

ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)

Выход: 180/7, N рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1870	0,187
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

День 2

ЗАВТРАК

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021		
Выход: 5, N рец.: 79 СБ 2021г., Порций: 1,00		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.(СБ 2021)		
Выход: 170, N рец.: 268 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦО	0,1100	0,110
МОЛОКО 2,5%	0,0660	0,066
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1760	0,176
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0026	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1650	0,165
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1700	0,170

ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)		
Выход: 200, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

БАТОН		
Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0300	0,030

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.(СБ 2021)		
Выход: 60, N рец.: 47 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0119	0,012
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0101	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	0,000
ВЫХОД:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 31,97%	0,0222	0,022
Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0090	0,009
Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕННАЯ ОЧИЩЕННАЯ		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СВЕКЛА ВАКУУМ	0,0150	0,015

СУП С М/ИЗД.И КАРТ.С ФРИКАДЕЛЬКАМИ(2021)		
Выход: 200/25, N рец.: 129 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1700	0,170
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0100	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,2250	0,225

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0400	0,040

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0072	0,007

Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ(2021)		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0285	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0025	0,002
ЯЙЦО	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	0,000
ВЫХОД:	0,0250	0,025

БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*		
Выход: 70, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0520	0,052
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0130	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0180	0,018
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0028	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

КАПУСТА ТУШЕННАЯ,,*		
Выход: 150, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1575	0,158
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0068	0,007
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0030	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0048	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0060	0,006

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)		
Выход: 200, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СУХОФРУКТЫ	0,0200	0,020
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,2027	0,203
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

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

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		
Выход: 200, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

БАРАНКИ		
Выход: ШТ, N рец.: 274 СБ 2004, Порций: 1,00		
БАРАНКИ ПРОСТЫЕ	0,0400	0,040

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

УЖИН

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..

Выход: 60, № 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 01.09-31.12 20%	0,0538	0,054
--------------------------------	--------	-------

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..

Выход: 150, № рец.: 279 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ

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

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

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

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

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

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

День 3

ЗАВТРАК

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

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

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

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

Выход: 180, № рец.: 284 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0360	0,036
МОЛОКО 2,5%	0,1080	0,108
МАССА КАШИ	0,1404	0,140
ДЛЯ СИРОПА:		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,004
ВОДА	0,0216	0,022
МАССА СИРОПА	0,0216	0,022
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0180	0,018
МАССА ЯБЛОК, ПРИПУЩЕННЫХ С	0,0396	0,040
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0072	0,007
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

Выход: 200, № рец.: 465 СБ 2018, Порций: 1,00

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,1100	0,110
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,2000	0,200

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ГРУШЕВЫЙ

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

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

ОБЕД

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ*(СБ 2021)

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

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0632	0,063
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	0,0002
ВОДА	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,0002
ВЫХОД:	0,0800	0,080

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.

Выход: 180, № рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,

Выход: 70/30, № 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

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(2021).

Выход: 130, № рец.: 213 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0624	0,062
ВОДА	0,0416	0,042
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0325	0,033
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	0,0003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,1300	0,130

КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМ(2021)

Выход: 200, № рец.: 494 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ИЗЮМ	0,0200	0,020
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0320	0,032
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,2030	0,203
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001

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

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

КЕФИР,

Выход: 200, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00
КЕФИР 2,5% 0,2000 0,200
ВЫХОД: 0,2000 0,200

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)

Выход: 50, N рец.: 530 СБ 2021Г, Порций: 1,00
МУКА НА ПОДПЫЛ 0,0004
ПОВИДЛО 0,0250 0,025
ЯЙЦО 0,0004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ 0,0040 0,004
ВЫХОД: 0,0500 0,050

Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ

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

УЖИН

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

Выход: 60, N рец.: 16 СБ 2012Г, Порций: 1,00
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ 0,0546 0,055
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0060 0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0008 0,001
ВЫХОД: 0,0600 0,060

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ/СВИНИНА(2021)

Выход: 200, N рец.: 334 СБ 2021г., Порций: 1,00
СВИНИНА 0,1130 0,113
ЯЙЦО 0,0043 0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5% 0,0040 0,004
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ 0,0030 0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ 0,0020 0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0008 0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,2360 0,236
ВЫХОД: 0,2000 0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,1550 0,155

СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.*

Выход: 20, N рец.: 454 СБ 2012Г, Порций: 1,00
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС 0,0005 0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0005 0,001
ВОДА 0,0110 0,011
СМЕТАНА 15% 0,0100 0,010
ВЫХОД: 0,0200 0,020

ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".

Выход: 180, N рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА 0,0005 0,001
КОНЦЕНТРАТ НАПИТКА "ВИТОШКА" 0,0090 0,009
ВОДА 0,1800 0,180
ВЫХОД: 0,1800 0,180

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

День 4

ЗАВТРАК

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),

Выход: 180, N рец.: 223 СБ 2021г., Порций: 1,00
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ 0,0450 0,045
МОЛОКО 2,5% 0,0864 0,086
ВОДА 0,0576 0,058
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0005 0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0045 0,005
ВЫХОД: 0,1800 0,180

СЫР(ПОРЦИОННО)2021

Выход: 10, N рец.: 75 СБ 2021г., Порций: 1,00
СЫР ТВЕРДЫЙ 0,0100 0,010
ВЫХОД: 0,0100 0,010

КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00
КАКАО-ПОРОШОК 0,0030 0,003
МОЛОКО 2,5% 0,1000 0,100
ВОДА 0,1100 0,110
САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0200 0,020
ВЫХОД: 0,2000 0,200

БАТОН,

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

2-ОЙ ЗАВТРАК

ГРУША

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00
ГРУШИ СВЕЖИЕ 0,1400 0,140

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(2021).

Выход: 60, N рец.: 26 СБ 2021Г, Порций: 1,00
МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ 0,0547 0,055
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0036 0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0001
ВЫХОД: 0,0600 0,060

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0576 0,058

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ 2021)

Выход: 200/10, N рец.: 116 СБ 2021Г, Порций: 1,00
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА 0,1500 0,150
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ 0,0162 0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0060 0,006
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК 0,0060 0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0040 0,004
ЗЕЛЕНЬ 0,0010 0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0010 0,001
МАССА СУПА 0,2000 0,200
СМЕТАНА 15% 0,0100 0,010
ВЫХОД: 0,2100 0,210

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА (СБ 2021)

Выход: 70, N рец.: 321 СБ 2021, Порций: 1,00
СВИНИНА 0,0595 0,060
ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0070 0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА 0,0022 0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС 0,0028 0,003

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0014	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088
ВЫХОД БЛЮДА:	0,0700	0,070
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0112	0,011

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).

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

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

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1053	0,105
---------------------------	--------	-------

КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.

Выход: 180, N рец.: 517 СБ 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: 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	0,0500	0,050
------------	--------	-------

УЖИН

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ

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

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

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ, (МИНТАЙ)

Выход: 150, N рец.: 348 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

ЧАЙ С МОЛОКОМ, (2018)

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

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

БАТОН

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

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

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

День 5

ЗАВТРАК

ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

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

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

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021

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

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

КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ

Выход: 200, N рец.: 281 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ГЕРКУЛЕС	0,0308	0,031
ВОДА	0,0580	0,058
МОЛОКО 2,5%	0,1180	0,118
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА КАШИ	0,1920	0,192
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

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

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

БАТОН

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

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

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ

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

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

ОБЕД

МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ.

Выход: 60, N рец.: 475 СБ 2012, Порций: 1,00

Вх. рецепт: МАРИНАД ОВОЩНОЙ*

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0150	0,015
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0030	0,003
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0180	0,018
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0005	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0021	0,002
ВОДА	0,0060	0,006
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0210	0,021
--------------------------------	--------	-------

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ

Выход: 200, N рец.: 142 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0160	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0160	0,016
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0100	0,010
Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0320	0,032

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

Выход: 90, N рец.: 359 СБ 2021г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0936	0,094
МАССА ПЕЧЕНИ ОБЖАРЕНОЙ	0,0630	0,063
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0045	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1125	0,113
ВЫХОД: С СОУСОМ	0,0900	0,090
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0011	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0011	0,001
ВОДА	0,0248	0,025
СМЕТАНА 15%	0,0225	0,023
ВЫХОД:	0,0450	0,045

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)

Выход: 130, 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 АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(2018)

Выход: 180, N рец.: 488 СБ 2018Г, Порций: 1,00

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

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, 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

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 МОРКОВЬЮ (2021).

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

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0229	0,023
ВОДА	0,0062	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
ЯЙЦО	0,0029	0,003
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
ДРОЖИЖИ	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0004	
ВЫХОД:	0,0500	0,050
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0226	0,023
Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС		
САХАРНЫЙ ПЕСОК		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
ЯЙЦО		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
ДРОЖИЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)		
ВОДА		
ВЫХОД:	0,0500	0,050
ВЛАЖНОСТЬ: %		
Вх. рецепт: ФАРШ МОРКОВНЫЙ		
МАССА ГОТОВОЙ МОРКОВИ	0,0208	0,021
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0002	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,0208	0,021

УЖИН

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(СБ 2021).

Выход: 50, N рец.: 14 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0475	0,048
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0500	0,050

БИГУС СО СВИНИНОЙ(СБ 2021)

Выход: 200, N рец.: 329 СБ 2021г., Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1500	0,150
СВИНИНА	0,0910	0,091
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0750	0,075
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0054	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПАССЕРОВАННЫХ ОВОЩЕЙ	0,1750	0,175
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2500	0,250
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0140	0,014

ЧАЙ С ЛИМОНОМ.

Выход: 180/7, N рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1870	0,187

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА

0,0009	0,001	
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

День 6

ЗАВТРАК

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

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

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

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

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

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
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 (1-Й ВАРИАНТ)

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

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА

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

ПОМИДОР СВЕЖИЙ,*

Выход: 60, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0600	0,060
-----------------	--------	-------

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ(2013).

Выход: 180, N рец.: 144 СБ 2013Г, Порций: 1,00

ГОРОХ КОЛОТЫЙ	0,0150	0,015
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1170	0,117
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0450	0,045
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"

Выход: 70, N рец.: 347 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0280	0,028
ЦЫПЛЯТА БР	0,0266	0,027
МОЛОКО 2,5%	0,0140	0,014
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0119	0,012
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0070	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0028	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(2021)

Выход: 130, N рец.: 386 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,0975	0,098
РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0450	0,045
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,1300	0,130

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)

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

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

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
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: 220, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ,

Выход: 3 ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0360	0,036
------------------	--------	-------

УЖИН

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.

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

ЧЕСНОК	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0450	0,045
-------------------------------	--------	-------

ЗАПЕКАНКА КАРТОФ.С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУС.,

Выход: 200/30, N рец.: 308 СБ 2016 Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0515	0,052
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
МАССА ГОТОВОЙ ПЕЧЕНИ	0,0432	0,043
МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1810	0,181
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0137	0,014
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0025	0,003
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0010	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0038	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,2350	0,235
МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ	0,2000	0,200
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,2300	0,230

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 31,97%	0,1850	0,185
------------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ

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

ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)

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

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

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ

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

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

День 7

ЗАВТРАК

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

СЫР(ПОРЦИОННО)2021

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

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

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,

Выход: 170, N рец.: 311 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯЙЦО	0,1046	0,105
МОЛОКО 2,5%	0,0655	0,066
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1700	0,170
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0065	0,007
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1649	0,165
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0051	0,005
ВЫХОД:	0,1700	0,170

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

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

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

БАТОН,

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

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

2-ОЙ ЗАВТРАК

БАНАН*.

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

БАНАНЫ СВЕЖИЕ	0,2200	0,220
---------------	--------	-------

ОБЕД

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021).

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

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

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ

Выход: 200, N рец.: 156 СБ 2012г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0400	0,040
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0012	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0240	0,024
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0100	0,010
--------------------------------	--------	-------

СУФЛЕ РЫБНОЕ,(СБ 2021),

Выход: 100, N рец.: 303 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0730	0,073
МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
ЯЙЦО	0,0175	0,018
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0024	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1250	0,125
ВЫХОД:	0,1000	0,100

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

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021).

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

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

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1053	0,105
---------------------------	--------	-------

КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМ(2021),

Выход: 180, N рец.: 494 СБ 2021Г, Порций: 1,00

ИЗЮМ	0,0180	0,018
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0288	0,029
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1828	0,183
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

ПОЛДНИК

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,

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

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

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (СБ 2021).

Выход: 50, N рец.: 542 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0317	0,032
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0075	0,008
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0055	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ВОДА	0,0142	0,014
ЯЙЦО ДЛЯ СМАЗКИ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0604	0,060
ВЫХОД:	0,0500	0,050
ВЛАЖНОСТЬ: %	28,3333	28,333

УЖИН

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 20/20, N рец.: 72 СБ 2021Г, Порций: 1,00

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

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (СБ 2021)..

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

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

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..		
Выход: 30, N рец.: 440 СБ 2013г., Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0225	0,023
ВОДА	0,0075	0,008
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0012	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0012	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003
ВАНИЛИН	0,0001	
ВЫХОД:	0,0300	0,030

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

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

День 8

ЗАВТРАК

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021		
Выход: 5, N рец.: 79 СБ 2021г., Порций: 1,00		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).		
Выход: 180, N рец.: 235 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0612	0,061
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0360	0,036
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)..		
Выход: 200, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАКАО-ПОРОШОК	0,0030	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
ВОДА	0,1100	0,110
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,2000	0,200

БАТОН		
Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0300	0,030

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		
Выход: 60, N рец.: 60 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0560	0,056
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0590	0,059

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(2021)		
Выход: 200, N рец.: 100 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0102	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0001	
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0600	0,060
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0070	0,007

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ(2021)		
Выход: 200, N рец.: 328 СБ 2021г, Порций: 1,00		
СВИНИНА	0,0830	0,083
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0700	0,070
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0078	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2670	0,267
ЗЕЛЕНЬ	0,0030	0,003
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0002	
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1960	0,196

КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)		
Выход: 180, N рец.: 476 СБ 2018 г., Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0268	0,027
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0090	0,009
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0005	0,001
ВОДА	0,0720	0,072

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

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

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		
Выход: 200, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ПРЯНИКИ		
Выход: 1ШТ, N рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПРЯНИКИ КГ	0,0250	0,025

УЖИН

ОГУРЧИК СВЕЖИЙ*		
Выход: 60, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0600	0,060

БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*		
Выход: 70, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0520	0,052
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0130	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0180	0,018
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0028	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

КАПУСТА ТУШЕННАЯ,, *		
Выход: 150, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1575	0,158
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0068	0,007
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0030	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0048	0,005
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0060	0,006

ЧАЙ С МОЛОКОМ.,(2018)

Выход: 200, N рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

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

День 9

ЗАВТРАК

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

Выход: 10/10/5, N рец.: 65 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0100	0,010
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),

Выход: 180, N рец.: 236 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0936	0,094
ВОДА	0,0648	0,065
РИС КРУГЛЫЙ	0,0277	0,028
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,1000	0,100
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

2-ОЙ ЗАВТРАК

ГРУША.

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГРУШИ СВЕЖИЕ	0,1600	0,160

ОБЕД

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ 2021)

Выход: 50, N рец.: 47 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0099	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0084	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0500	0,050
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 31,97%	0,0185	0,019
Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0075	0,008

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕННАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА ВАКУУМ	0,0125	0,013

СВЕКОЛЬНИК..

Выход: 180, N рец.: 145 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ.	0,1440	0,144
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0009	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0018	0,002
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0310	0,031
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ,*

Выход: 70, N рец.: 356 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0560	0,056
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0133	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0098	0,010
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЯЙЦО	0,0042	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0833	0,083
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0014	0,001
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(2021)

Выход: 130, N рец.: 256 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0442	0,044
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1248	0,125
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0052	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ.(2018)

Выход: 200, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СУХОФРУКТЫ	0,0200	0,020
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,2027	0,203
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

ПОЛДНИК

КЕФИР,

Выход: 200, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021)

Выход: 50, N рец.: 530 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0004	
ПОВИДЛО	0,0250	0,025
ЯЙЦО	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0500	0,050
Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0219	0,022
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0023	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0015	0,002
ЯЙЦО	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0008	0,001
ВОДА	0,0112	0,011
ВЫХОД:	0,0387	0,039
ВЛАЖНОСТЬ: %	1,2771	1,277

УЖИН

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)

Выход: 100, N рец.: 21 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1000	0,100

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0897	0,090
--------------------------------	--------	-------

РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(2021)

Выход: 200, N рец.: 376 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
МАССА СОУСА	0,0350	0,035
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2420	0,242
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0930	0,093
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0170	0,017
--------------------------------	--------	-------

ЧАЙ С ЛИМОНОМ

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

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

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

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

День 10

ЗАВТРАК

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИОННО)2021

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

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

КАША "ДРУЖБА"(2021).

Выход: 180, N рец.: 229 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0918	0,092
ВОДА	0,0630	0,063
РИС КРУГЛЫЙ	0,0135	0,014
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0099	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

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

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,1100	0,110
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,2000	0,200

БАТОН,

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

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

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ

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

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

ОБЕД

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ.(СБ 2021)

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

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0790	0,079
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0050	0,005
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВОДА	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД:	0,1000	0,100

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ

Выход: 200, N рец.: 117 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0300	0,030
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ФАСОЛЬ ЗЕРНО	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЕЖИКИ"

Выход: 70, N рец.: 350 СБ 2021г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0350	0,035
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0180	0,018
ВОДА	0,0070	0,007
РИС КРУГЛЫЙ	0,0053	0,005
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0150	0,015
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0044	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0035	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0960	0,096
ВЫХОД:	0,0700	0,070

Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%	0,0260	0,026
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0021	0,002
ВЫХОД:	0,0260	0,026
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0021	0,002

ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (2016),

Выход: 130, N рец.: 348 СБ 2016Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0351	0,035
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0176	0,018
МОЛОКО 2,5%	0,0098	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0046	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

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

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,0610 0,061

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0445 0,045

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.

Выход: 180, N рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 0,0360 0,036
ВОДА 0,1548 0,155
САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0135 0,014
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА 0,0002
ВЫХОД: 0,1800 0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, 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

РЯЖЕНКА.

Выход: 200, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00
РЯЖЕНКА 2,5% 0,2000 0,200
ВЫХОД: 0,2000 0,200

ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ

Выход: 50, N рец.: 564 СБ 2012Г, Порций: 1,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС 0,0300 0,030
САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0020 0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0020 0,002
ЯЙЦО 0,0010 0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0003
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ) 0,0010 0,001
ВОДА 0,0125 0,013
СМЕТАНА 15% 0,0100 0,010
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС 0,0015 0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0005 0,001
ЯЙЦО 0,0010 0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0002
МАССА ТЕСТА 0,0480 0,048
МАССА ФАРША 0,0120 0,012
ВЫХОД: 0,0500 0,050

УЖИН

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

Выход: 20/20, N рец.: 72 СБ 2021Г, Порций: 1,00
БАТОН. 0,0200 0,020
ПОВИДЛО 0,0200 0,020
ВЫХОД: 0,0400 0,040

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.

Выход: 150, 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
ИЗЮМ 0,0150 0,015
ВАНИЛИН 0,0001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ 0,0040 0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,1670 0,167
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА 0,1500 0,150
ВЫХОД: 0,1500 0,150

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.

Выход: 20, 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

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

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