



# ООО «НИКА»

«Утверждено»  
ООО «Ника»

  
/А.П. Телюков/  
«12» Июля 2021 г.



«Согласовано»  
Директор МАОУ «Гимназия №1» г. Перми  
/О.Ю. Казанцева/  
«12» Апреля 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».

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

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в НЕПО по дням на одного питающегося, г(мл)										В среднем в день, г(мл)	Норма в день, г(мл)	Отклонен не от нормы, %	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
Дрожжи хлебопекарные	0,86		1,10		1,00	1,10					1,08	0,51	0,50	2,8
Какао-порошок				3,00					3,00			0,60	0,60	0,0
Картофель	125,40	265,00	126,60	129,20	148,69	114,30	133,20	272,00	34,40	165,20		151,40	140,00	8,1
Кондитерские изделия		38,00		41,60		10,00	58,00		54,00			20,16	20,00	0,8
Кофейный напиток	2,00		2,00		2,00		2,00	2,00		2,00		1,20	1,20	0,0
Крупы (злаки), бобовые	73,00	23,40		26,20	68,50	53,80	34,20	74,20	57,00	38,00		44,83	43,00	4,3
Макаронные изделия			41,20			41,20				41,20		12,36	12,00	3,0
Масло коровье сладкосливочное	24,10	25,65	28,16	39,20	28,20	37,30	35,20	63,78	18,40	31,06		33,11	21,00	57,6
Масло растительное	18,02	2,50	57,30	2,50	11,83	14,10	3,40	11,60	8,00	3,25		13,25	11,00	20,5
Молоко и кисломолочные с м.д.ж. не ниже 2,5%	444,60	359,80	449,30	499,80	373,00	399,30	407,70	439,00	446,00	376,60		419,41	450,00	-6,8
Мука картофельная (крахмал)	21,00							8,10				2,91	3,00	-3,0
Мука пшеничная хлебопекарная	38,50	17,35	45,36		36,23	40,40	20,00	19,58	21,60	35,50		27,45	29,00	-5,3
Масло говядина 1кат.(бескостное/на кости)	129,30	140,50			88,00	60,20	49,00	22,80	49,00			53,88	55,00	-2,0
Напитки витаминизированные		10,00		18,00	9,00			9,00		9,00		5,50	5,00	10,0
Овощи, зелень	174,20	289,40	154,00	229,00	274,76	191,90	182,60	170,98	345,40	236,90		224,93	220,00	2,2
Печень(Субпродукты)			51,80			147,00		51,50				25,03	25,00	0,1
Птица(куры 1 кат.потр/цыплята-бр.индейка)		51,80	62,30		52,00					74,60		24,07	24,00	0,3
Рыба(филе) в т.ч. филе слабо- или малосоленое	70,00		63,70		85,95			63,70		74,00		35,74	37,00	-3,4
Сахар	27,98	28,90	26,30	33,80	29,14	27,90	32,70	34,75	37,40	35,93		31,48	30,00	4,9
Сметана с м.д.ж. не более 15%		15,00	12,70	18,00	7,20	23,70	8,00	8,00	16,00	5,00		11,36	11,00	3,3
Соки фруктовые (овощные)	200,00		200,00		200,00			200,00		200,00		100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	4,63	8,23	2,70	2,90	5,01	6,90	1,10	8,18	6,50	4,74		5,09	5,00	1,8
Сыр неострых сортов (твердый, мягкий, плавленый)	10,00		10,00	10,00			10,00	10,00		10,00		6,00	6,00	0,0
Творог, творожки, изд. с м.д.ж. не менее 5%				136,00			135,00					37,90	40,00	-5,3
Фрукты (плоды) свежие	32,30	130,00	7,00	266,00	18,00	154,60	177,00	18,00	137,00	36,00		97,59	100,00	-2,4
Фрукты (плоды) сухие		18,00	18,00	7,00	18,00	18,00	2,40		18,00	8,00		10,74	11,00	-2,4
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	80,00	76,00	40,00	78,00	61,00	96,75	104,70	123,60	77,10	61,20		79,84	80,00	-0,2
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,00	40,00	40,00	40,00	60,00	60,00	40,00	40,00	80,00	80,00		50,00	50,00	0,0
Чай, включая фиточай	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60		0,60	0,60	0,0
Яйцо куриное диетическое	24,02	6,00	134,10	27,00	73,88	11,20	23,00	18,60	68,00	8,12		39,19	40,00	-2,0

## Итого в среднем на одного питающегося:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
		77,69	78,28	276,45
Минеральные вещества	Натрий, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	3382,50	3333,69	891,09	307,53
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	2385,44	1,06	1,96	13,47
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1324,11	18,07
			С, мг	
			115,07	

Примерное Меню (3-7 лет)

День 1

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ ИБ (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
277 СБ 2012Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ).	170	5,33	5,97	27,03	183,83	0,06	0,13	0,98	28,9	97,49	87,59	14,56	0,33
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
Итого по подменю:			14,11	11,65	67,76	433,58	0,15	0,33	2,35	71,9	315,54	262,59	38,76	1,05

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

58 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ..	50	0,80	5,04	1,63	55,11	0,02	0,01	18,98		31,49	23,33	10,77	0,43
176 СБ 2012Г	СУП-ПОРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ*	180/10	2,22	3,81	9,41	81,31	0,06	0,08	13,49	19,8	55,55	60,18	20,38	0,57
378 СБ 2012Г	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ*	50/50	15,58	16,48	4,61	228,71	0,07	0,14	3,38	18,0	14,10	164,73	22,20	2,41
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
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:			27,57	33,39	77,01	721,25	0,36	0,29	36,17	55,8	136,91	406,73	109,07	5,78

ПОЛДНИК

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	9,00	3,00	28,60	173,40	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
557 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ	60	3,97	4,35	21,94	142,77	0,06	0,05	14,13	19,1	25,07	45,29	10,44	0,67

№ 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:	Итого по подменю:	Итого по подменю:	Итого по подменю:	Итого по подменю:	Итого по подменю:	Итого по подменю:			
<b>УЖИН</b>																								
133 СБ 2012Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,16	4,86	6,91	76,04	0,03	0,03	8,70		21,73	30,70	14,98	0,89										
348 СБ 2012Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	14,68	8,92	4,73	157,92	0,11	0,18	0,45	61,1	53,17	221,39	43,28	1,19										
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ..	130	2,78	5,75	18,79	138,36	0,14	0,11	22,09	27,3	35,72	82,64	27,85	1,01										
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			4,00	13,00	2,80	0,22										
Итого по подменю:			20,26	19,74	49,20	456,85	0,30	0,33	34,13	88,4	126,51	356,70	93,71	4,12										
Итого за день: 0,00 руб.			73,91	72,13	267,51	2019,85	0,93	1,24	89,68	250,3	797,03	1220,81	278,48	13,17										

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	26,13	19,42	25,96	24,09
Второй завтрак (5%)			8,81	5,11
Обед (35%)	51,06	55,65	29,51	40,07
Полдник (15%)	22,17	12,25	19,36	17,57
Ужин (20%)	37,52	32,90	18,85	25,38
Итого за день (85 - 105%)	136,87	120,22	102,49	112,21

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

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

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 2

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

**ЗАВТРАК**

169 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
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
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:			7,94	11,71	59,96	377,93	0,14	0,26	2,13	70,4	207,51	210,68	45,79	1,90

**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	ПОМИДОР СВЕЖИЙ*	50												
163 СБ 2012Г	СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАД.	25/250	7,96	7,73	18,35	175,02	0,15	0,14	24,20	5,0	27,57	131,30	37,12	1,97
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
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ*.	130	3,13	5,06	13,47	111,98	0,06	0,08	68,26	23,6	78,37	58,17	29,47	1,11
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	180	0,94	0,05	22,65	95,65	0,02	0,04	0,80		32,45	29,20	21,00	0,69
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			26,43	22,00	79,36	625,33	0,33	0,38	94,53	52,9	185,44	352,68	108,14	5,40

**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**

42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.(Т)	60	0,75	0,06	6,97	32,13	0,04	0,04	2,88		15,64	31,60	21,89	0,41
-----------------	----------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ 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
387 СБ 2012	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, СМЕТАННЫЙ СОУС	200г/30	26,96	23,25	29,55	435,61	0,28	0,33	33,05	75,5	59,12	329,81	65,27	4,79
530 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.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			30,87	23,71	64,80	599,10	0,37	0,41	50,99	75,5	84,64	379,44	92,60	5,91
Итого за день: 0,00 руб.			73,82	80,69	262,71	2081,86	0,98	1,38	160,25	242,3	738,23	1158,16	287,01	15,96

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	14,70	19,52	22,97	21,00
Второй завтрак (5%)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35%)	48,94	36,67	30,41	34,74
Полдник (15%)	14,93	37,92	17,57	23,43
Ужин (20%)	57,17	39,52	24,83	33,28
Итого за день (85 - 105%)	136,70	134,48	100,66	115,66

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

Директор  Теплоухов А.П. / Зае. 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>														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ ЧЕДДАР (2-й ВАРИАНТ).	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
311 СБ 2012Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	180	16,13	25,11	4,20	307,79	0,11	0,61	0,90	342,2	147,14	278,78	22,99	2,86
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:			23,25	30,51	34,45	506,54	0,18	0,80	2,27	385,2	361,39	440,78	44,59	3,34

**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	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	60	0,83	6,05	4,84	77,13	0,01	0,02	5,43		20,52	23,64	11,97	0,76
167 СБ 2012Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.	180	1,62	3,02	8,15	66,45	0,06	0,05	17,71	20,7	26,90	42,39	16,82	0,58
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
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:			23,90	29,89	69,59	645,61	0,33	0,31	46,79	53,6	107,22	322,42	89,98	5,58

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	СНЕЖОК	200	5,40	2,00	1,40	138,00	0,06	0,26	3,20		218,00	170,00	26,00	0,20
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ	60	5,75	2,37	29,39	161,87	0,08	0,08	0,01	33,5	18,38	61,09	8,38	0,80
Итого по подменю:			11,15	4,37	30,79	299,87	0,14	0,34	3,21	33,5	236,38	231,09	34,38	1,00

**УЖИН**

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

№ 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
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
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
469 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,89		11,89	8,97	4,80	0,81
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71


Итого по подменю: 21,75 15,93 59,70 470,97 0,27 0,31 13,84 112,7 176,78 353,34 78,02 3,83

Итого за день: 0,00 руб. 60,05 80,70 217,53 2014,99 0,93 1,77 68,11 565,1 888,77 1354,63 250,97 15,15

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	43,06	50,85	13,20	28,14
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	44,26	49,82	26,66	35,87
Полдник (15 %)	20,65	7,28	11,80	16,66
Ужин (20 %)	40,28	26,55	22,87	26,17
Итого за день (85 - 105 %)	148,24	134,50	83,34	111,94

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./



Примерное Меню (3-7 лет)

День 4

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НБ (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,09	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
283 СБ 2012Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	170	4,76	6,27	28,47	190,09	0,06	0,17	1,30	37,0	126,10	131,33	27,28	0,40
608 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	20,09	122,07	0,04	0,16	1,30	20,0	124,29	109,65	26,75	0,81
Итого по подменю:			12,61	12,11	59,03	396,89	0,13	0,37	2,67	80,0	344,19	312,98	61,63	1,54

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

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

**ОБЕД**

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ..	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	1,13		5,18	5,40	3,15	0,14
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,07	4,17	12,83	97,31	0,06	0,07	20,01	15,0	45,09	56,37	25,23	1,15
410 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ.	70	10,52	20,08	4,45	240,65	0,17	1,19	18,91	4349,1	24,35	194,00	13,02	3,98
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ*.	130	2,78	5,75	18,79	138,36	0,14	0,11	22,09	27,3	35,72	82,64	27,85	1,01
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.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			20,59	30,50	81,01	684,78	0,46	1,43	63,95	4391,4	119,63	375,79	77,80	7,21

**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**

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
72 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ,(Т)	70	1,21	0,09	11,57	53,07	0,05	0,06	3,55			28,94	46,14	32,16	0,69
254 СБ 2016 Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ,...	200	33,51	11,18	29,40	352,01	0,04	0,23	2,45	53,8		95,42	147,73	19,91	1,00
483 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
480 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
Итого по подменю:			40,82	15,49	85,94	647,56	0,16	0,43	7,05	71,3	295,26	335,32	77,57	3,01	
Итого за день: 0,00 руб.			85,34	68,24	280,80	2085,02	0,95	2,59	206,72	4599,8	1032,60	1245,88	332,33	12,99	

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,35	20,18	22,62	22,05
Второй завтрак (5 %)	3,67	0,73	6,83	4,62
Обед (35 %)	38,13	50,83	31,04	38,04
Полдник (15 %)	17,30	16,17	14,18	15,15
Ужин (20 %)	75,59	25,82	32,93	35,98
Итого за день (85 - 105 %)	158,04	113,73	107,59	115,83

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

День 5

Примерное Меню (3-7 лет)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	шт	0,31	0,28	0,02	3,78		0,01			6,0	8,68	6,12	0,74	0,12
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	3005	2,51	4,55	15,76	113,89	0,03	0,01			29,5	6,30	20,45	3,90	0,37
284 СБ 2012Г	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)*	180	7,57	10,98	35,51	271,91	0,23	0,22	3,58		68,0	166,94	210,60	52,44	1,69
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:			11,84	17,07	68,66	476,60	0,28	0,32	4,23	113,9	242,37	282,17	64,08	2,28	

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*	60													
165 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(ГОРБУША)*	180	10,36	6,28	14,89	157,61	0,19	0,15	18,56		35,4	25,11	144,69	35,44	1,22
374 СБ 2012Г	МЯСО ТУШЕНОЕ	35/35	11,07	13,30	1,53	169,91	0,04	0,09	1,35			7,54	114,73	15,48	1,67
263 СБ 2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ,	130	4,13	6,44	18,61	148,87	0,16	0,08	2,70		30,0	9,67	114,08	75,02	2,53
528 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ,	180	0,94	0,05	22,65	95,65	0,02	0,04	0,80			32,45	29,20	21,00	0,69
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,64	88,48	0,03	0,01				5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			31,24	26,51	85,04	707,72	0,46	0,38	23,41	65,4	84,06	440,08	155,49	7,04	

ПОЛДНИК

528 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
557 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	80	4,31	4,61	27,42	168,39	0,07	0,04			16,9	11,24	42,36	6,58	0,57

№ рец.	Наименование блюда	Выход			Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Б	Ж	У	Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
Итого по подменю:																
<b>УЖИН</b>																
79 СБ 2012Г	САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬЯМИ	60	3,17	6,86	0,98	3,17	6,86	60,01	0,05	0,04	10,12	13,98	28,96	13,45	0,50	
420 СБ 2012Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70	9,55	6,00	11,79	9,55	6,00	157,73	0,07	0,13	1,24	38,14	116,87	14,68	1,02	
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ*	130	5,06	13,47	3,13	5,06	13,47	111,98	0,06	0,08	68,26	78,37	58,17	29,47	1,11	
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	180		8,32		8,32	33,26	33,26	0,03	0,03	15,06	5,88	4,95	2,54	0,49	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,12	8,92	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01		5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:																
Итого за день: 0,00 руб. 17,48 71,09 257,29 407,22 1,14 1,34 126,92 298,2 726,33 1184,94 324,14 15,32																

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	21,93	28,45	26,31	26,48
Второй завтрак (5%)			8,81	5,11
Обед (35%)	57,85	44,18	32,58	39,32
Полдник (15%)	18,72	16,02	14,18	15,35
Ужин (20%)	32,37	29,83	16,69	22,62
Итого за день (85 - 105%)	130,87	118,48	98,58	108,89

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

День 6

## Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<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
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ*	170	6,51	5,63	30,78	200,49	0,12	0,15	1,01	26,9	124,25	179,84	26,92	0,69
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:			9,66	7,16	65,20	364,80	0,16	0,24	1,81	36,9	199,70	246,99	41,62	1,98

Итого по подменю:

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

126 СБ 2012Г	ЯБЛОКА,	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**

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.*	80	1,11	8,07	6,46	102,84	0,02	0,03	7,24		27,36	31,52	15,96	1,01
158 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ	200/10	5,83	4,01	25,01	160,45	0,22	0,08	14,20	16,0	40,73	104,77	36,91	1,91
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,32	14,27	10,93	226,00	0,06	0,12	0,21	22,8	31,15	138,31	17,51	1,82
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
447 СБ 2013	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)	30	1,04	2,01	2,80	33,63	0,02	0,05	0,39	12,0	36,64	28,74	4,44	0,05
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,03	19,61	60,15		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.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			31,33	34,19	123,38	931,43	0,46	0,34	22,40	77,6	185,92	402,84	97,48	7,73

Итого по подменю:

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА	200	5,80	8,00	8,00	127,20	0,03	0,20	0,45	45,0	186,00	138,00	21,00	0,15
565 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ	60	5,75	2,37	29,39	161,87	0,08	0,08	0,01	33,5	18,38	61,09	8,38	0,80

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:													11,55	10,37	37,39	289,07	0,11	0,28	0,46	78,5	204,38	199,09	29,38	0,95
<b>УЖИН</b>																								
59 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,64	6,12	3,31	70,90	0,01	0,01	11,46		18,34	12,13	7,01	0,72										
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ..	100/40	27,00	17,69	9,30	304,41	0,45	3,25	48,57	12128,8	40,66	479,30	28,66	10,28										
442 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ..	130	2,53	5,94	15,93	128,38	0,13	0,12	16,56	27,9	42,13	87,96	43,51	1,13										
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:													33,33	30,07	56,02	631,30	0,64	3,40	76,68	12156,7	119,51	624,20	91,69	13,83

Итого за день: 0,00 руб. 86,39 82,31 294,73 2274,32 1,40 4,28 111,35 12349,8 725,51 1484,12 269,17 26,69

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	17,89	11,93	24,98	20,27
Второй завтрак (5 %)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35 %)	58,02	56,98	47,27	51,75
Полдник (15 %)	21,39	17,28	14,33	16,06
Ужин (20 %)	61,72	50,12	21,46	35,07
Итого за день (85 - 105 %)	159,98	137,18	112,92	126,35

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,0:3,4

Директор  Теплоухов А.П./ За в. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор  /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

Примерное Меню (3-7 лет)

День 7

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	Y		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ (2-й ВАР)	30/10	8,44	24,97	37,05	407,46	0,20	0,25	1,43	143,6	206,21	45,86	1,40		
276 СБ 2012Г	КАША БОЯРСКАЯ (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ).	180	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	45,00	7,00	0,10		
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)	200	14,94	29,26	70,14	604,71	0,26	0,38	2,15	174,6	310,09	329,71	61,76	1,95	

Итого по подменю:

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ,	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	1,13	5,16	5,40	3,15	0,14	
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,71	3,36	7,63	67,80	0,06	0,05	25,28	12,0	43,19	18,62	0,66	
341 СБ 2018Г.	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ",	70	11,33	5,19	8,14	124,99	0,04	0,09	0,67	2,3	19,85	108,52	13,93	1,47
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.*	130	2,78	5,75	18,79	138,36	0,14	0,11	22,09	27,3	82,64	27,85	1,01	
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00	6,85	4,40	3,60	0,93	
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:			21,20	14,96	81,83	551,01	0,31	0,29	53,17	41,6	115,44	281,53	75,70	5,14

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
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	44,25	413,98	0,09	0,27	1,05	33,4	184,64	159,36	24,48	0,50

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			
42 СБ 2018Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ(Т)	60	0,75	0,06	6,97	32,13	0,04	0,04	2,88				15,64	31,68	21,89	0,41	
330 СБ 2012Г	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	150/20	33,96	7,47	44,68	381,79	0,10	0,40	0,47	51,0			233,40	317,10	43,00	0,87	
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33							11,89	8,97	4,80	0,81	
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	
Итого по подменю:			37,93	7,94	79,94	545,65	0,16	0,45	6,24	51,0	264,93	370,75	72,49	2,31			
Итого за день: 0,00 руб.			83,17	75,17	285,91	2160,85	0,87	1,41	93,01	300,8	903,10	1154,95	243,23	9,98			

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	27,67	48,77	26,87	33,60
Второй завтрак (5 %)	1,93	0,43	3,74	2,53
Обед (35 %)	39,26	24,93	31,35	30,61
Полдник (15 %)	14,93	37,92	16,95	23,00
Ужин (20 %)	70,24	13,23	30,63	30,31
Итого за день (85 - 105 %)	154,02	125,28	109,54	120,04

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,4**

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

Калькулятор  Саморханова И.С./



День 8 Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
279 СБ 2012Г	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ.	180	6,60	6,40	33,54	218,73	0,16	0,20	1,30	40,0	140,29	196,50	38,18	1,91
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:			13,72	11,80	63,79	417,48	0,23	0,39	2,67	83,0	354,54	358,50	59,78	2,39

**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**

82 СБ 2012Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	60	1,66	4,29	6,14	70,03	0,06	0,06	7,18	12,0	11,46	39,58	14,67	0,54
146 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСН.ФРИКАДЕЛЬКАМИ	20/200	6,50	7,33	12,46	141,93	0,11	0,11	22,02	16,0	37,64	105,25	29,15	1,56
346 СБ 2012Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	70	13,64	8,35	5,81	153,28	0,11	0,21	0,96	73,9	93,16	226,19	44,12	0,93
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ...	130	5,08	6,78	25,61	183,94	0,19	0,06	1,95	21,2	43,03	144,50	56,90	1,69
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ(2018)	180	0,10	0,04	20,48	62,57			2,70		6,17	8,22	2,70	0,15
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	17,04	68,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			31,72	27,23	97,86	767,43	0,52	0,46	34,81	123,1	200,75	561,12	156,09	5,80

**ПОЛДНИК**

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

**УЖИН**

№ 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	
475 СБ 2012	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ.	60	1,19	6,04	6,97	86,96	0,04	0,04	10,65			10,02	23,25	11,76	0,56
308 СБ 2016 Г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФ.С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУС..	200/30	13,92	42,17	38,50	589,23	0,39	1,32	56,35	4414,2		49,47	296,14	55,65	5,57
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".	180			8,32	33,26	0,03	0,03	15,06			5,88	4,95	2,64	0,49
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
Итого по подменю:			18,27	48,61	72,83	803,85	0,48	1,40	82,06	4414,2		68,37	337,34	72,85	6,84
Итого за день: 0,00 руб.			73,67	93,16	292,76	2313,16	1,41	2,59	124,14	4660,4		681,86	1489,56	338,32	17,67

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	25,41	19,67	24,44	23,19
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	58,74	45,38	37,49	42,64
Полдник (15 %)	18,44	9,20	13,52	12,91
Ужин (20 %)	33,83	81,02	27,90	44,66
Итого за день (85 - 105 %)	136,43	155,27	112,17	128,51

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,3:4,0

Директор  Теллохов А.П./ Заб. производством \_\_\_\_\_ // Калькулятор  /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

День 9

## 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
<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
263 СБ 2012Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (ВЯЗКАЯ)..	180	8,32	9,67	30,57	243,26	0,23	0,23	4,41	46,8	120,58	217,64	102,71	3,14
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	20,08	122,07	0,04	0,16	1,30	20,0	124,29	109,65	26,75	0,81
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
Итого по подменю:			15,31	13,18	78,11	493,49	0,31	0,41	5,76	66,8	253,87	354,19	135,36	4,56

**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	ПОМИДОР СВЕЖИЙ.*	60												
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
399 СБ 2012Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.	70	10,86	7,66	6,25	137,86	0,05	0,08	2,31	15,4	25,08	114,54	15,95	11,01
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ*.	130	3,13	5,06	13,47	111,98	0,06	0,08	68,26	23,6	78,37	58,17	29,47	1,11
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.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			21,10	16,26	80,63	557,12	0,23	0,26	85,50	59,0	173,41	283,11	84,77	15,41

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА.	200	5,80	8,00	8,00	127,20	0,03	0,20	0,45	45,0	186,00	138,00	21,00	0,15
602 СБ 2012Г	ВАФЛИ:	2 ШТ	1,23	1,45	34,01	154,04	0,01	0,02		0,8	7,04	24,64	4,40	0,66

№ 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:													7,03	9,45	42,01	281,24	0,04	0,22	0,45	45,8	193,04	162,64	25,40	0,81	
<b>УЖИН</b>																									
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	шт	0,31	0,28	0,02	3,78		0,01		6,0		8,68	6,12	0,74	0,12										
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.	200	28,34	11,88	48,47	414,83	0,10	0,40	2,51	50,0		197,04	277,12	48,40	1,03										
483 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20	1,44	1,70	11,20	65,86	0,02	0,05	0,30	7,5		95,10	68,70	10,20	0,06										
606 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	2007	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:													33,31	14,11	92,78	634,26	0,15	0,47	5,71	63,5	319,16	386,11	70,33	2,83	
Итого за день: 0,00 руб.													77,27	53,52	306,27	2033,83	0,76	1,38	107,42	235,2	955,48	1197,05	324,86	25,81	

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	28,35	21,97	29,93	27,42
Второй завтрак (5 %)	0,96	0,87	4,88	3,21
Обед (35 %)	39,07	27,10	30,89	30,95
Полдник (15 %)	13,02	15,75	16,10	15,62
Ужин (20 %)	61,69	23,52	35,55	35,24
Итого за день (85 - 105 %)	143,09	89,20	117,34	112,44

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,7:4,0

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

Калькулятор  / Саморханова И.С./

## ООО "Ника"

## День 10

## Примерное Меню (3-7 лет)

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>														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ (2-й ВАР)	30/10	5,05	3,03	15,72	110,23	0,04	0,05	0,07	23,0	95,70	78,50	8,90	0,45
282 СБ 2012Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ(ЖИДКАЯ).	170	6,69	6,96	31,39	215,68	0,18	0,16	1,24	35,8	127,06	166,67	41,70	1,05
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:			13,19	11,25	64,48	412,93	0,24	0,29	1,96	68,8	283,21	290,17	57,60	1,60

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

632 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*	60												
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,39	7,38	13,63	150,61	0,09	0,13	14,58	12,0	30,89	141,59	37,98	1,03
415 СБ 2012Г	КУРИЦА(ФИЛЕ) В СОУСЕ С ТОМАТОМ.*	50/50	14,78	17,76	3,80	234,29	0,02	0,03	3,06	31,5	15,18	18,97	6,71	0,28
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
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	180	0,14	0,14	17,00	69,88	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
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:			31,94	31,08	93,00	783,14	0,26	0,22	21,64	70,3	82,71	250,60	65,55	4,07

**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
557 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ,ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ..	75	4,96	5,44	27,43	178,46	0,06	0,05	14,13	19,1	25,07	45,29	10,44	0,67
Итого по подменю:			10,76	10,44	35,43	278,66	0,12	0,31	15,18	49,1	205,07	180,29	31,44	0,82


**УЖИН**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe				
															К	Б	Ж	У
72 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ, (Т)	80	1,39	0,10	13,23	60,67	0,05	0,07	4,06				33,09	52,77	36,79	0,79		
365 СБ 2012Г	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ,	70	6,57	4,03	7,58	101,62	0,08	0,09	2,12	27,5	137,19	31,29	41,93	137,19	31,29	0,71		
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.:	130	2,78	5,75	18,79	138,36	0,14	0,11	22,09	27,3	82,64	27,65	35,72	82,64	27,65	1,01		
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".	180				33,26	0,03	0,03	15,06				5,68	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:			15,90	10,12	65,76	422,39	0,33	0,31	43,33	54,8	121,91	301,93	104,32	3,71				
Итого за день: 0,00 руб.			71,79	62,89	281,67	1989,12	0,96	1,14	84,11	243,1	699,90	1029,99	262,91	11,60				

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

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	24,43	18,75	24,70	22,94
Второй завтрак (5 %)			8,81	5,11
Обед (35 %)	59,15	51,80	35,63	43,51
Полдник (15 %)	19,93	17,40	13,57	15,48
Ужин (20 %)	29,44	16,87	25,20	23,47
Итого за день (85 - 105 %)	132,94	104,82	107,92	110,51

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

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

Калькулятор  / Саморханова И.С. /

## ООО "Ника"

## Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (3-7 лет)

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>День 1</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)</b>					
Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010	МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0037	0,004
БАТОН	0,0200	0,020	МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0350	0,035	МАССА СОУСА	0,0500	0,050
<b>КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)..</b>			ВЫХОД:		
Выход: 170, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,1000		
КРУПА МАННАЯ	0,0262	0,026	<b>РИС ОТВАРНОЙ.</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0901	0,090	Выход: 130, N рец.: 424 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,0595	0,060	РИС ОБРАБ.ПАРОВОМ	0,0466	0,047
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0042	0,004	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0018	0,002
МАССА КАШИ	0,1632	0,163	ВЫХОД:	0,1300	0,130
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0042	0,004	<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.</b>		
ВЫХОД:	0,1700	0,170	Выход: 180, N рец.: 517 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)</b>			КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ		
Выход: 200, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,0210		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002	САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100	ВОДА	0,1710	0,171
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015	ВЫХОД:	0,1800	0,180
ВОДА	0,1200	0,120	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
<b>БАТОН,</b>			ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА		
Выход: 20, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,0200		
БАТОН	0,0200	0,020	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>			Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
<b>СОК ПОРЦ..</b>			ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)		
Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,0200		
СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200	<b>ПОЛДНИК</b>		
ВЫХОД:	0,2000	0,200	<b>ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.</b>		
<b>ОБЕД</b>			Выход: 200, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
<b>САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ..</b>			ЙОГУРТ 2,5%		
Выход: 50, N рец.: 58 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,2000		
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0405	0,041	<b>ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ</b>		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0050	0,005	Выход: 60, N рец.: 557 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005	МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0009	0,001
<b>СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ*</b>			ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ		
Выход: 180/10, N рец.: 175 СБ 2012Г, Порций: 1,00			0,0013		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0180	0,018	ВЫХОД:	0,0600	0,060
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007	<b>Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ</b>		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1350	0,135	МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0243	0,024
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0036	0,004	САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0026	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0017	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001	ЯЙЦА	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0270	0,027	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,000
ВЫХОД:	0,1800	0,180	ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>			ВОДА		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0162	0,016	ВЫХОД:	0,0125	0,012
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			ВЫХОД:		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0216	0,022	0,0430		
<b>ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ*</b>			ВЛАЖНОСТЬ: %		
Выход: 50/50, N рец.: 378 СБ 2012Г, Порций: 1,00			1,4190		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0793	0,079	<b>Вх. рецепт: ФАРШ ЯБЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0253	0,025
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0140	0,014	САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0044	0,004	ВОДА	0,0005	0,001
			ВЫХОД:		
			0,0250		
			<b>УЖИН</b>		
			<b>ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ</b>		
			Выход: 60, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ		
			0,0450		
			ЛУК РЕПЧАТЫЙ		
			0,0108		
			ТОМАТНАЯ ПАСТА		
			0,0067		
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
			0,0048		
			ЛИМОННАЯ КИСЛОТА		
			0,0002		
			САХАРНЫЙ ПЕСОК		
			0,0007		
			ВЫХОД:		
			0,0600		
			<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
			СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%		
			0,0460		

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

**РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ**

Выход: 80, № рец.: 348 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0700	0,070
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0056	0,006
МАССА ЖАРеноЙ РЫБЫ	0,0590	0,059
ЯЙЦА	0,0210	0,021
МОЛОКО 2.5%	0,0080	0,008
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА ОМЛЕТА	0,0270	0,027
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0840	0,084
ВЫХОД:	0,0800	0,080

**КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.\***

Выход: 130, № 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 С ЛИМОНОМ.(2018)**

Выход: 180Г, № рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1870	0,187

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, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**День 2**

**ЗАВТРАК**

**БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ\***

Выход: 20/10, № рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**КАША "ДРУЖБА",\***

Выход: 180, № рец.: 275 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**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

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

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

**ЯБЛОКИ,**

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

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

**ОБЕД**

**ПОМИДОР СВЕЖИЙ\***

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

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

**СУП КАРТОФ. С МЯСНЫМИ ФРИКАД.**

Выход: 25/250, № рец.: 163 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1750	0,175
ЗЕЛЕНЬ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,2750	0,275

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40% 0,1000 0,100

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

**Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ**

ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0285	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0025	0,003
ЯЙЦА	0,0020	0,002
ВОДА	0,0025	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0358	0,036
ВЫХОД:	0,0250	0,025

**БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\***

Выход: 70, № 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

**КАПУСТА ТУШЕНАЯ\*.**

Выход: 130, № рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1365	0,137
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0026	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0078	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0042	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0016	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0039	0,004
ВЫХОД:	0,1300	0,130

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0052 0,005

**КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.**

Выход: 180, № рец.: 526 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КУРАГА	0,0180	0,018
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0333	0,033
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1818	0,182
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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

**ПОЛДНИК**

**МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ**

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

МОЛОКО 2.5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200



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

**ПРЯНИКИ,**

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

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

**УЖИН**

**САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.(Т)**

Выход: 60, N рец.: 42 СБ 2016Г., Порций: 1,00

САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0576	0,058
--------------------------------	--------	-------

**КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, СМЕТАННЫЙ СОУС**

Выход: 200/30, N рец.: 387 СБ 2012, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА Б/К	0,1120	0,112
МАССА ОТВАРНОГО МЯСА	0,0700	0,070
МАССА ОТВАРНОГО ПРОТЕРТОГО	0,1550	0,155
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0100	0,010
ЯЙЦА	0,0040	0,004
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0030	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2350	0,235
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,004
МАССА ЗАПЕЧЕННОГО БЛЮДА	0,2000	0,200
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,2300	0,230

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1650	0,165
---------------------------	--------	-------

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

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

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

**День 3**

**ЗАВТРАК**

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

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

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0350	0,035

**ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.**

Выход: 180, N рец.: 311 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА	0,1107	0,111
МОЛОКО 2,5%	0,0693	0,069
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,1800	0,180
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0069	0,007
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1740	0,174
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
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**

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

**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: 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
-------------------------------	--------	-------

**СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.**

Выход: 180, N рец.: 157 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0189	0,019
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0036	0,004
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0144	0,014
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0054	0,005
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1350	0,135
ЗЕЛЕНЬ	0,0009	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,2250	0,225

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0351	0,035
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

**РАГУ ИЗ ПТИЦЫ\***

Выход: 200, N 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 В/С	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
--------------------------------	--------	-------

**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**

**СНЕЖОК.**

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

СНЕЖОК НАПИТОК	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

**ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ**

Выход: 60, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0370	0,037
--------------------	--------	-------

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0009	0,001	<b>ЗАВТРАК</b>		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0026	0,003	<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
ЯЙЦА	0,0012	0,001	Выход: 20/10, N рец.: 106 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001	СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0011	0,001	БАТОН	0,0200	0,020
ВОДА	0,0180	0,018	ВЫХОД:	0,0350	0,035
МАССА ТЕСТА	0,0610	0,061	<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ..</b>		
ЯЙЦА	0,0100	0,010	Выход: 170, N рец.: 283 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СМЕТАНА 15%	0,0027	0,003	РИС КРУГЛЫЙ	0,0262	0,026
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0137	0,014	ВОДА	0,0493	0,049
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0730	0,073	МОЛОКО 2,5%	0,1003	0,100
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001		САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0043	0,004
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0004		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060	МАССА КАШИ	0,1632	0,163
<b>УЖИН</b>			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0043	0,004
<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОРЫ, ОГУРЦЫ).</b>			ВЫХОД:	0,1700	0,170
Выход: 30/30, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00			<b>КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030	Выход: 200, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030	КАКАО-ПОРОШОК	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060	МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
<b>СУФЛЕ РЫБНОЕ (МИНТАЙ), СОУС МОЛОЧНЫЙ</b>			ВОДА	0,1100	0,110
Выход: 70/30, N рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00			САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0500	0,050	ВЫХОД:	0,2000	0,200
МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025	<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0028	0,003	<b>АПЕЛЬСИНЫ</b>		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0026	0,003	Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦА	0,0122	0,012	АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ		
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080		0,2200	0,220
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0014	0,001	<b>ОБЕД</b>		
ВЫХОД:	0,0700	0,070	<b>ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ..</b>		
ВЫХОД:	0,0700	0,070	Выход: 60, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0637	0,064	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0600	0,060
Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)			ВЫХОД:	0,0600	0,060
МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030	<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ</b>		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002	Выход: 260, N рец.: 142 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0003		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0015	0,002	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ			САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0025	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002	БУЛЬОН МЯСНОЙ	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,0245	0,025	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0020	0,002	СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.</b>			ВЫХОД:	0,2500	0,250
Выход: 130, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00			Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0442	0,044	КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0200	0,020
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1248	0,125	Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,006	МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0125	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0022	0,002	Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
ВЫХОД:	0,1300	0,130	СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.08-31.12 20%	0,0400	0,040
<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)</b>			<b>ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ.</b>		
Выход: 180/7, N рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00			Выход: 70, N рец.: 410 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1350	0,135	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0518	0,052
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009	МАССА ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ	0,0350	0,035
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0182	0,018
ВЫХОД:	0,1870	0,187	МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0091	0,009
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0210	0,021
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001	ЯЙЦА	0,0070	0,007
ВОДА	0,0466	0,049	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0450	0,045	ВЫХОД:	0,0700	0,070
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>			<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.*</b>		
Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00			Выход: 130, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020	МОЛОКО 2,5%	0,0195	0,020
<b>День 4</b>			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006

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

ВЫХОД: 0,1300 0,130

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

#### КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ.

Выход: 180, N рец.: 17840891-2016, Порций: 1,00

КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ "ВИТОШКА" 0,0180 0,018

ВОДА 0,1755 0,176

#### 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

#### ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.\*

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

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ 0,0416 0,042

### УЖИН

#### САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ,(Т)

Выход: 70, N рец.: 72 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КУРАГА 0,0070 0,007

САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0035 0,004

ВЫХОД: 0,0700 0,070

#### Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0653 0,065

#### ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ,...

Выход: 200, N рец.: 254 СБ 2016 Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ 0,1360 0,136

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 0,0460 0,046

САХАР-ПЕСОК 0,0160 0,016

ЯЙЦА 0,0200 0,020

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0080 0,008

ВАНИЛИН 0,0001 0,0001

СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ 0,0080 0,008

СМЕТАНА 15% 0,0080 0,008

МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА 0,2000 0,200

ВЫХОД: 0,2000 0,200

#### МОЛОКО СГУЩЕННОЕ

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

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% 0,0300 0,030

#### ЧАЙ С МОЛОКОМ, (2018)

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

САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0100 0,010

МОЛОКО 2,5% 0,0500 0,050

ВОДА 0,1000 0,100

ВЫХОД: 0,2000 0,200

#### Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА 0,0010 0,001

ВОДА 0,0540 0,054

ВЫХОД: 0,0500 0,050

#### БАТОН

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

БАТОН. 0,0300 0,030

### День 5

### ЗАВТРАК

#### ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

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

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

ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ 1К 0,0600 0,060

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0020 0,002

#### 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 "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ).\*

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

КРУПА ПШЕННАЯ 0,0360 0,036

МОЛОКО 2,5% 0,1080 0,108

МАССА КАШИ 0,1404 0,140

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

МАССА КАШИ 0,1404 0,140

#### 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

#### ОГУРЧИК СВЕЖИЙ\*

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

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ 0,0600 0,060

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

Выход: 180, N рец.: 165 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ФИЛЕ ГОРБУШИ 0,0387 0,039

МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ 0,0315 0,032

ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0090 0,009

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0036 0,004

ВЫХОД: 0,1800 0,180

#### Вх. рецепт: БУЛЬОН РЫБНЫЙ

ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ 0,0473 0,047

ВОДА 0,1638 0,164

ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ) 0,0010 0,001

ЯЙЦА 0,0038 0,004

ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0032 0,003

ВЫХОД: 0,1260 0,126

#### Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40% 0,0814 0,081

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

#### МЯСО ТУШЕНОЕ

Выход: 35/35, N рец.: 374 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА ЛОПАТКА 0,0580 0,058

ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0030 0,003

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0040 0,004

ТОМАТНАЯ ПАСТА 0,0020 0,002

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С 0,0010 0,001

МАССА ТУШЕНОГО МЯСА 0,0350 0,035

МАССА МЯСА С СОУСОМ 0,0700 0,070

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0030	0,003
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ,</b>		
Выход: 130, № рец.: 263 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0329	0,033
ВОДА	0,0975	0,098
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0069	0,007
МАССА КАШИ	0,1248	0,125
ВЫХОД:	0,1300	0,130
<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.</b>		
Выход: 180, № рец.: 526 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КУРАГА	0,0180	0,018
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0333	0,033
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1818	0,182
ВЫХОД:	0,1800	0,180
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ.</b>		
Выход: 40, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
<b>ПОЛДНИК</b>		
<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		
Выход: 200, № рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200
<b>ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ</b>		
Выход: 80, № рец.: 557 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0012	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0012	0,001
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0018	0,002
ВЫХОД:	0,0800	0,080
<b>Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ</b>		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0324	0,032
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0034	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0023	0,002
ЯЙЦА	0,0023	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ДРОЖОЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0011	0,001
ВОДА	0,0166	0,017
ВЫХОД:	0,0574	0,057
ВЛАЖНОСТЬ: %	1,8942	1,894
<b>Вх. рецепт: ФАРШ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ</b>		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0087	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0013	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0303	0,030
<b>УЖИН</b>		
<b>САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ</b>		
Выход: 60, № рец.: 79 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0360	0,036
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	0,0066	0,007
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0078	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0370	0,037
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0070	0,007

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ЦЫГЛЯТА 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
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ*.</b>		
Выход: 130, № рец.: 436 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1365	0,137
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0026	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0078	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0042	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0016	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0039	0,004
ВЫХОД:	0,1300	0,130
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0052	0,005
<b>ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".</b>		
Выход: 180, № 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
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
<b>День 6</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ*</b>		
Выход: 20/10, № рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,0300	0,030
<b>КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ*.</b>		
Выход: 170, № рец.: 270 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0378	0,038
МОЛОКО 2,5%	0,0935	0,094
ВОДА	0,0459	0,046
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0016	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0016	0,002
МАССА КАШИ	0,1632	0,163
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0034	0,003
ВЫХОД:	0,1700	0,170
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
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
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
<b>ЯБЛОКИ.</b>		
Выход: ШТ, № рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130
<b>ОБЕД</b>		
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.*</b>		
Выход: 80, № рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00		

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
ЧЕСНОК	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0800	0,080
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0720	0,072

#### **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ**

Выход: 200/10, N рец.: 158 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	0,0160	0,016
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0020	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
БУЛЬОН МЯСНОЙ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

Выход:		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0158	0,016

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

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0500	0,050
---------------------------	--------	-------

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

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

#### **КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Выход: 70, N рец.: 391 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0602	0,060
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0133	0,013
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0077	0,008
МОЛОКО 2,5%	0,0161	0,016
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0875	0,088
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0049	0,005
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0700	0,070

#### **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

#### **СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)**

Выход: 30, N рец.: 447 СБ 2013, Порций: 1,00		
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 В/С	0,0015	0,002

#### **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: 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

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### **ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ**

Выход: 60, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0370	0,037
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0009	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0026	0,003
ЯЙЦА	0,0012	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ДРОЖИЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0011	0,001
ВОДА	0,0180	0,018
МАССА ТЕСТА	0,0610	0,061
ЯЙЦА	0,0100	0,010
СМЕТАНА 15%	0,0037	0,004
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0137	0,014
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0730	0,073
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0004	
ВЫХОД:	0,0600	0,060

### УЖИН

#### **САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ**

Выход: 60, N рец.: 59 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0300	0,030
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
ВЫХОД:	0,0600	0,060
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0246	0,025

#### **ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ.**

Выход: 100/40, N рец.: 408 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1470	0,147
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0102	0,010
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ЖАРеной ПЕЧЕНИ	0,1000	0,100
ВЫХОД С СОУСОМ	0,1400	0,140

#### **Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ**

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

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

Выход: 130, N рец.: 442 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,0572	0,057
МАССА ПРОТЕРТОЙ МОРКОВИ	0,0611	0,061
МОЛОКО 2,5%	0,0097	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0065	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130

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

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0643	0,064
---------------------------	--------	-------

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0715	0,072
--------------------------------	--------	-------

#### **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		
---	--	--

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

## День 7

### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ (2-й ВАР)

Выход: 30/10, N рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0300	0,030
ВЫХОД:	0,0400	0,040

#### КАША БОЯРСКАЯ (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ),

Выход: 180, N рец.: 276 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0342	0,034
МОЛОКО 2,5%	0,1098	0,110
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0072	0,007
ИЗЮМ	0,0024	0,002
ЯЙЦА	0,0090	0,009
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0243	0,024
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0503	0,050
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1700	0,170
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### МАНДАРИН.

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

### ОБЕД

#### ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ.

Выход: 60, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0600	0,060
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### 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
ВОДА	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ЗЕЛЕНЬ	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%	0,0240	0,024

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0100	0,010

#### КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ",

Выход: 70, N рец.: 341 СБ 2018г., Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА Б/К	0,0490	0,049
МОЛОКО 2,5%	0,0084	0,008
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0070	0,007
ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ.1К	0,0070	0,007
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0077	0,008
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0049	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ Д/СМАЗКИ	0,0014	0,001
ЧЕСНОК	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

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

#### 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

#### КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК

Выход: 200, N рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0400	0,040
ВОДА	0,1720	0,172
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
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

#### ПРЯНИКИ.

Выход: 2 ШТ, N рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПРЯНИКИ КГ	0,0580	0,058

### УЖИН

#### САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.(Т)

Выход: 60, N рец.: 42 СБ 2018Г., Порций: 1,00		
САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0576	0,058

#### СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ

Выход: 150/20, N рец.: 330 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,1350	0,135
ЯЙЦА	0,0050	0,005
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0200	0,020
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1700	0,170
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
МАССА ГОТОВЫХ СЫРНИКОВ	0,1500	0,150
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,1700	0,170

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

## День 8

### ЗАВТРАК

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-й ВАРИАНТ)</b>		
Выход: 20/10, № рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0350	0,035

<b>КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ.</b>		
Выход: 180, № рец.: 279 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0360	0,036
ВОДА	0,0612	0,061
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
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

<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)</b>		
Выход: 200, № рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

<b>СОК ПОРЦ.</b>		
Выход: 200, № рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### ОБЕД

<b>САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ</b>		
Выход: 60, № рец.: 82 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ВАРеной ОЧИЩЕННОЙ	0,0150	0,015
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0102	0,010
ЯЙЦА	0,0048	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 36,74%	0,0270	0,027
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0151	0,015

<b>РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСН.ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b>		
Выход: 20/200, № 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
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1400	0,140
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,2200	0,220

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

Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0228	0,023
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0020	0,002
ЯЙЦА	0,0016	0,002
ВОДА	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0286	0,029
ВЫХОД:	0,0200	0,020

<b>СУФЛЕ РЫБНОЕ.</b>		
Выход: 70, № рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00		

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
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 В/С	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

Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ		
МОЛОКО 2,5%	0,0245	0,025
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,0245	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0020	0,002

<b>РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ..</b>		
Выход: 130, № рец.: 334 СБ 2016 Г, Порций: 1,00		
РИС ОБРАБ.ПАРОМ	0,0382	0,038
ВОДА	0,0806	0,081
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,1066	0,107
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0053	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0039	0,004
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0121	0,012
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0130	0,013
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0065	0,007
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0130	0,013

<b>КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ(2018)</b>		
Выход: 180, № рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00		
КЛЮКВА СВЕЖАЯ	0,0180	0,018
САХАР-ПЕСОК	0,0135	0,014
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0081	0,008
ВОДА	0,1620	0,162
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

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

### ПОЛДНИК

<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>		
Выход: 200, № рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

### УЖИН

<b>МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ.</b>		
Выход: 60, № 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
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0210	0,021

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

<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФ.С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУС.,</b>		
Выход: 200/30, N рец.: 308 СБ 2016 Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0515	0,052
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0412	0,041
МАССА ГОТОВОЙ ПЕЧЕНИ	0,0399	0,040
МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1810	0,181
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0137	0,014
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0097	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0024	0,002
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,2350	0,235
МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ	0,2000	0,200
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,2300	0,230
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 36,74%	0,1850	0,185
<b>Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ</b>		
ВОДА ИЛИ ОТВАР ОВОЩНОЙ	0,0182	0,018
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0022	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0363	0,036
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0018	0,002

<b>ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".</b>		
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

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

## День 9

### ЗАВТРАК

<b>БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ*</b>		
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

<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (ВЯЗКАЯ)..</b>		
Выход: 180, N рец.: 263 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0450	0,045
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0450	0,045
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0005	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАССА КАШИ	0,1728	0,173
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

<b>КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)</b>		
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	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,2000	0,200

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

### 2-ой ЗАВТРАК

<b>ЯБЛОКИ.</b>		
Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		

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

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130
<b>ОБЕД</b>		
<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ,*</b>		
Выход: 60, N рец.: 120 СБ 2012г, Порций: 1,00		
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0600	0,060
<b>СВЕКОЛЬНИК.</b>		
Выход: 200, N 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
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0344	0,034
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0080	0,008
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0512	0,051
<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.</b>		
Выход: 70, N рец.: 399 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0490	0,049
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0091	0,009
ВОДА	0,0140	0,014
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0021	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0231	0,023
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0126	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0830	0,083
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0012	0,001
МАССА ГОТОВЫХ ТЕФТЕЛЕЙ	0,0700	0,070

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ*.</b>		
Выход: 130, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1365	0,137
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0059	0,006
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0028	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0078	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0042	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0016	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0039	0,004
ВЫХОД:	0,1300	0,130
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0052	0,005

<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)</b>		
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

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

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

### ПОЛДНИК

<b>РЯЖЕНКА.</b>		
Выход: 200, N рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
РЯЖЕНКА 2,5%	0,2000	0,200



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

ВЫХОД: 0,2000 0,200

#### ВАФЛИ:

Выход: 2 ШТ, N рец.: 602 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 0,0440 0,044

#### УЖИН

#### ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

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

ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ. 1К 0,0600 0,060

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0020 0,002

#### ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ..

Выход: 200, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ 0,1080 0,108

КРУПА МАННАЯ 0,0120 0,012

САХАР-ПЕСОК 0,0280 0,028

ЯЙЦА 0,0080 0,008

МОЛОКО 2,5% 0,0360 0,036

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0080 0,008

СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ 0,0080 0,008

СМЕТАНА 15% 0,0080 0,008

МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ 0,2000 0,200

ВЫХОД: 0,2000 0,200

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0360 0,036

#### МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.

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

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% 0,0200 0,020

#### ЧАЙ С ЛИМОНОМ

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

ВОДА 0,1500 0,150

САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0150 0,015

ЛИМОНЫ 0,0070 0,007

ВЫХОД: 0,2070 0,207

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА 0,0010 0,001

ВОДА 0,0540 0,054

ВЫХОД: 0,0500 0,050

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

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

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ) 0,0400 0,040

#### День 10

#### ЗАВТРАК

#### БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ (2-Й ВАР)

Выход: 30/10, N рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ 0,0100 0,010

БАТОН 0,0300 0,030

ВЫХОД: 0,0400 0,040

#### КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ(ЖИДКАЯ),

Выход: 170, N рец.: 282 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ 0,0340 0,034

ВОДА 0,0476 0,048

МОЛОКО 2,5% 0,0952 0,095

САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0042 0,004

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0007 0,001

МАССА КАШИ 0,1632 0,163

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0042 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

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

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

#### ОГУРЧИК СВЕЖИЙ\*

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

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ 0,0600 0,060

#### СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

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

КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САЙРА) 0,0320 0,032

ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0064 0,006

РИС КРУГЛЫЙ 0,0040 0,004

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0030 0,003

ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ 0,0014 0,001

ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ 0,1600 0,160

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0007 0,001

ВЫХОД: 0,2000 0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40% 0,0560 0,056

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0120 0,012

#### КУРИЦА(ФИЛЕ) В СОУСЕ С ТОМАТОМ,\*

Выход: 50/50, N рец.: 415 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГРУДКА КУРИНАЯ 0,0746 0,075

МАССА ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 0,0500 0,050

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0060 0,006

ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0083 0,008

ТОМАТНАЯ ПАСТА 0,0040 0,004

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С 0,0020 0,002

ЧЕСНОК 0,0010 0,001

СМЕТАНА 15% 0,0050 0,005

ВОДА 0,0384 0,038

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0006 0,001

ВЫХОД: С СОУСОМ 0,1000 0,100

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0063 0,006

#### 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 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 0,000

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

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

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

**ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ..**

Выход: 75, N рец.: 557 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0011	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0011	0,001
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0016	0,002
ВЫХОД:	0,0750	0,075

**Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ**

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0304	0,030
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0032	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0032	0,002
ЯЙЦА	0,0022	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0011	0,001
ВОДА	0,0156	0,016
ВЫХОД:	0,0538	0,054
ВЛАЖНОСТЬ: %	1,7754	1,775

**Вх. рецепт: ФАРШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ**

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0376	0,038
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0022	0,002
МАССА ГОТОВОЙ КАПУСТЫ	0,0282	0,028
ЯЙЦА	0,0016	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0031	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0005	
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0016	0,002
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0003	
ВЫХОД:	0,0313	0,031

**УЖИН**

**САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ,\*(Т)**

Выход: 80, N рец.: 72 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КУРАГА	0,0080	0,008
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0800	0,080

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0797	0,075
--------------------------------	--------	-------

**ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ,**

Выход: 70, N рец.: 355 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0420	0,042
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0112	0,011
МОЛОКО 2,5%	0,0119	0,012
ЯЙЦА	0,0028	0,003
МАССА РЫБНОЙ КОТЛЕТНОЙ	0,0660	0,066
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0014	0,001
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0140	0,014
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0021	0,002
МАССА ФАРША	0,0140	0,014
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ ЗРАЗ	0,0700	0,070

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

**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: 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	N на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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