

**ООО «НИКА»**



**« Утверждено »**  
ООО «Ника»

Перми



*Ю. Ю.* /А.П. Теплоухов/  
«12» Апреля 2021 г.

**«Согласовано»**  
Директор МАОУ «Гимназия №1» г.



Ю. Ю. Казанцева/  
«12» Апреля 2021 г.

## **Примерное десятидневное меню**

### **для организации питания детей от 1-3 лет на весенне-летний период в дошкольных образовательных организациях**

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений.  
Издательство: ЗАО «Уральский региональный центр питания» ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 6-е издание, переработанное и дополненное, Пермь 2012 г.
- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.  
Издательство: Москва, ООО «Дели плюс», 2016 г.; разработан и подготовлен ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»; ФГБНУ «НИИ питания». СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.02.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

ООО "НИКА"

Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней  
Подразделение: Примерное Меню (1-3 года)

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 НН (процент)	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
Дрожжи хлебопекарные	0,06		0,60		0,66	0,70					0,90	0,40	3,0	
Квасцо-порошок				2,20					2,70			0,40	0,60	-2,0
Картофель	100,60	228,00	108,30	106,80	129,17	104,50	114,00	226,00	31,00	142,80		120,00	120,00	0,3
Кондитерские изделия		32,00		28,80		8,00	30,00		28,00			12,60	12,60	0,9
Кофейный напиток	1,50		1,80		1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,00	1,00	0,0
Крупы (злаки), хлопья	42,70	19,40		23,10	42,50	39,30	28,50	42,30	45,30	33,60	33,60	31,60	30,00	0,6
Макаронные изделия			27,40		27,40					27,40		27,40	0,00	2,7
Масло коровье сливочное/сливочное	21,80	20,75	16,48	16,20	19,10	19,40	19,60	21,10	14,00	18,06		10,73	10,00	4,3
Масло растительное	15,42	2,00	22,90	1,80	11,33	19,10	3,00	8,00	5,20	3,25		6,20	0,00	2,2
Молоко и молочные продукты с м.д.ж.не ниже 2,5%	365,00	361,90	336,30	405,00	355,80	371,90	370,20	417,50	308,40	335,70		320,80	300,00	-4,9
Мука пшеничная (крупная)	6,78		6,70					6,70				2,01	2,00	0,5
Мука пшеничная хлебопекарная	37,70	12,05	44,48	10,50	27,95	28,30	17,30	14,90	11,30	32,80		23,79	25,00	-5,1
Мясо говядина 1кат.(безкостные/на кости)	129,30	123,60			82,90	60,20	42,00	22,80	29,40			49,02	60,00	-2,0
Овощи, зелень	180,30	249,80	123,10	185,80	235,19	148,70	156,40	155,60	282,50	197,60		187,80	180,00	4,2
Печень (субпродукты)				51,80		103,00			41,00			19,98	20,00	-2,1
Пшеница (мука 1 кат.пшеница-б/р.мд.ж.не ниже 2,5%)	44,50	65,80			37,20					59,70		20,73	20,00	3,6
Рыба(филе) г.ч.филе слабосоленое	70,80		54,60		85,95			45,50		64,80		32,09	32,00	0,3
Сахар	27,88	22,70	25,50	29,70	23,19	23,50	25,20	28,54	26,70	29,63		26,20	25,00	0,0
Сметана с м.д.ж.не более 15%		15,00	12,70	23,20	6,00	2,50	7,20	8,00	12,40	3,30		9,03	0,00	0,3
Соки фруктовые (сладкие)	209,00		200,00		200,00			200,00		200,00		100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	4,23	4,16	2,40	2,70	3,08	3,30	0,90	3,00	3,80	3,14		3,00	3,00	0,0
Сыр неострый сыров (твердый, мягкий, плавленый)	10,00		10,00				10,00	10,00				4,00	4,00	0,0
Творог, творожки из с.м.д.ж.не менее 5%				102,00			117,00		70,20			20,92	30,00	-3,6
Фрукты (ягоды) свежие	47,30	130,00	7,00	276,50	15,00	150,50	167,00	15,00	137,00	30,00		97,83	95,00	2,7
Фрукты (ягоды) сухие		15,00	15,00	6,00	15,00	15,00	2,00		15,00	6,00		6,90	9,00	-1,1
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	80,00	53,40	40,00	76,00	47,80	76,75	52,60	83,00	50,70	49,60		60,99	60,00	1,6
Хлеб ржаной (разнозерновой)	20,00	20,00	40,00	20,00	20,00	40,00	40,00	60,00	60,00	60,00		30,00	40,00	-5,0
Чай, кофе, напитки	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50		0,50	0,50	0,0
Яйца куриные свежесваренные	24,02	5,20	132,30	22,00	71,20	7,50	17,80	13,50	65,20	7,72		36,64	40,00	-6,4

Много в среднем на одного питающегося:

Показатель	Баллы, р	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
Пшеничные изделия	63,35	63,24	231,45	1751,56
Минеральные вещества	3134,42	Кальций, мг 2870,76	Кальций, мг 770,32	Магний, мг 260,04
Витамины	А, мг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	1034,48	0,87	1,42	10,49
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1097,09	14,75
			С, мг	
			101,29	

## Примерное Меню (1-3 года)

День 1

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
106 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ ИБ	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)	150	4,70	5,27	23,85	162,20	0,07	0,13	1,03	30,7	103,23	92,75	15,42	0,35		
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	150	2,18	1,88	14,78	85,32	0,03	0,11	0,98	15,0	90,34	67,50	10,50	0,11		
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:			12,76	10,32	59,59	383,25	0,15	0,29	2,08	68,7	291,17	245,25	16,12	1,01		

**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.	40	0,64	4,03	1,30	44,09	0,01	0,01	15,18		25,19	18,67	8,62	0,34
176 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ 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*.	50/40	15,41	16,46	3,65	224,06	0,06	0,13	2,70	18,0	12,91	161,80	21,23	2,36
424 СБ 2012Г	РИС ОТВАРНОЙ,	110	4,90	6,53	24,51	176,48	0,18	0,05		19,8	27,45	132,53	51,42	1,48
478 СБ 2018	ЖИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ.(2018)	150	0,16	0,06	17,51	72,26	0,01	0,01	30,00		8,42	10,11	4,65	0,23
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:			26,49	31,21	74,82	689,64	0,37	0,30	61,37	57,6	138,81	420,67	114,05	5,91

**ПОЛДНИК**

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.	160	6,40	2,40	22,88	138,72	0,05	0,24	0,96	16,0	198,40	152,80	24,00	0,16
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

№ ред.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг														
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe										
Итого по подменю:													10,37	6,75	44,82	281,49	0,11	0,29	15,09	35,1	223,47	197,29	34,44	0,01
<b>УЖИН</b>																								
133 СБ 2012г	Икра свекольная	40	0,78	3,24	4,65	50,87	0,02	0,02	5,82		14,51	20,50	10,01	0,59										
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,	110	2,35	4,91	15,89	117,44	0,12	0,10	18,70	23,3	30,24	69,94	23,56	0,86										
808 СБ 2012г	Чай с лимоном	150/7	0,06	0,01	11,44	46,07			2,88		10,49	7,73	4,14	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										
Итого по подменю:													19,45	17,28	46,23	415,50	0,27	0,31	27,85	84,4	112,41	332,56	83,79	3,55
<b>Итого за день: 0,00 руб.</b>													69,07	65,56	248,46	1865,88	0,91	1,20	108,39	245,8	772,86	1202,77	273,20	12,72

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	30,38	21,96	29,35	27,38
Второй завтрак (5%)			11,33	6,57
Обед (35%)	63,07	66,40	36,86	49,26
Полдник (15%)	24,69	14,36	22,08	20,11
Ужин (20%)	46,31	36,77	22,77	29,96
<b>Итого за день (85 - 105%)</b>	<b>164,45</b>	<b>139,49</b>	<b>122,39</b>	<b>133,28</b>

Реальное соотношение **Б:Ж:У = 1:0,9:3,6**

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

Калькулятор  Саморханова И.С.

## День 2 Примерное Меню (1-3 года)

№ 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>														
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	208	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04		4,92	13,72	3,16	0,34
275 СБ 2012Г	КАША "ДРУЖБА"	150	3,98	7,25	21,15	166,26	0,08	0,13	0,99	39,3	98,67	107,01	23,25	0,45
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,68	9,0	63,23	47,93	10,26	0,82
Итого по подменю:			6,98	8,66	52,52	316,63	0,12	0,21	1,71	48,3	166,82	160,66	36,67	1,61

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

128 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 ФРИКАДЕЛЬ-КАМИ	20/200	6,35	6,18	14,63	139,70	0,12	0,11	18,56	4,0	22,48	104,75	29,27	1,58
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫГ.	60	9,65	7,66	6,02	132,28	0,06	0,09	1,09	20,8	35,76	94,08	12,69	0,79
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.*	110	2,64	4,28	11,35	94,58	0,05	0,06	57,73	20,0	65,30	49,14	24,90	0,93
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ...	150	0,78	0,04	18,87	79,71	0,02	0,04	0,80		32,45	29,20	21,80	0,69
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:			21,00	18,28	59,79	490,51	0,28	0,31	78,18	44,8	162,28	301,55	93,61	4,70

### ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
603 СБ 2012Г	ПИРНИКИ	1ШТ	1,17	9,18	18,75	162,30	0,02	0,01		1,8	2,40	12,60	1,80	0,18
Итого по подменю:			6,39	13,68	27,39	259,50	0,09	0,28	2,34	37,8	218,40	174,60	27,00	0,36

### УЖИН

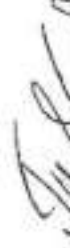
42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ(Т)	50	0,63	0,05	5,81	26,78	0,03	0,03	2,40		13,04	26,40	18,24	0,34
-----------------	---------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ п/п	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
307 СБ 3012Г	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ.	180	23,80	18,33	25,35	361,85	0,24	0,28	29,60	45,0	57,45	290,96	58,41	4,39
454 СБ 3012Г	СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.	30	0,47	2,88	1,07	32,09	0,01	0,02	0,05	25,5	13,22	9,87	1,32	0,04
488 СБ 3018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)	180	1,31	1,13	11,20	60,47	0,02	0,07	0,68	9,0	63,09	47,93	10,26	0,81
122 СБ 3012Г	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:			27,79	22,59	52,95	528,39	0,32	0,41	32,73	79,5	150,80	388,16	91,03	5,80
Итого за день: 0,00 руб.			62,68	63,73	205,39	1652,75	0,84	1,23	124,96	210,4	714,30	1043,97	257,31	14,67

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	16,62	18,43	25,87	22,62
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	50,02	38,83	29,46	35,02
Полдник (15 %)	15,21	29,11	13,49	18,54
Ужин (20 %)	66,17	48,06	26,08	37,74
Итого за день (85 - 105 %)	149,26	135,53	101,18	118,03

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

Директор  Пеллохов А.П.

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

(Саморханова И.С.)

День 3

Примерное Меню (1-3 года)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И/Б (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
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,63	78,32	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по подменю:			21,66	29,13	30,31	470,84	0,16	0,73	1,62	375,2	301,39	195,78	17,59	3,29

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		23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД

68 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.	50,	0,69	5,04	4,02	64,20	0,01	0,02	4,52		17,01	19,65	9,96	0,63
157 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.	160	14,31	16,33	14,86	263,98	0,17	0,17	18,60	26,3	24,20	164,05	37,76	1,76
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			20,11	24,73	61,81	552,86	0,29	0,27	41,13	47,0	94,28	275,02	77,59	4,82

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	СНЕЖОК	150	4,05	1,50	1,05	103,50	0,05	0,20	2,40		163,50	127,50	19,50	0,15
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАПИВНАЯ 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:			9,80	3,87	30,44	265,37	0,13	0,28	2,41	33,5	181,88	188,59	27,88	0,95

УЖИН

120 СБ 2012Г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОРЫ, ОГУРЦЫ)	16/15	0,27	0,05	0,86	4,90	0,01	0,01	4,80		4,65	8,40	5,10	0,21
-----------------	--------------------------------------	-------	------	------	------	------	------	------	------	--	------	------	------	------

№ п/п	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 С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	60/30	12,73	9,15	7,78	164,93	0,11	0,22	1,21	75,2	116,46	222,51	42,25	0,05	
437 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,14	4,57	26,41	163,31	0,06	0,02		19,8	15,18	35,43	6,40	0,66	
906 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,06	0,01	11,44	46,07			2,88		10,49	7,73	4,14	0,69	
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:			18,78	13,90	55,41	423,45	0,21	0,26	8,89	95,0	152,07	298,45	63,64	3,12	
Итого за день:			0,00 руб.	70,35	71,63	200,97	1804,52	0,80	1,55	56,05	550,8	736,62	1164,84	210,70	13,58

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	51,57	61,98	14,93	33,63
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	47,88	52,62	30,45	39,49
Полдник (15 %)	23,33	8,23	15,00	18,95
Ужин (20 %)	44,71	29,57	27,30	30,25
Итого за день (85 - 105 %)	167,50	152,40	99,00	128,89

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

Директор Т.П. Теллоухов А.П. Заав. производством \_\_\_\_\_ // Калькулятор С.В. /Саморханова И.С./



### День 4 Примерное Меню (1-3 года)

№ 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*	208	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04			4,92	13,72	3,16	0,34
283 СБ 2012Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,20	5,50	25,06	167,15	0,05	0,15	1,15	32,5		111,26	115,86	24,07	0,36
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ (2018)	180	3,14	2,58	13,53	90,53	0,04	0,14	1,17	18,0		111,09	95,41	21,95	0,60
Меню по подзаголовку:			9,03	8,36	54,27	329,61	0,11	0,30	2,36	50,5		227,27	224,99	49,10	1,30

### 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
Меню по подзаголовку:			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	50 <sup>г</sup>	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,01	2,50			11,50	12,00	7,00	0,30
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,49	3,00	9,24	70,10	0,04	0,05	14,42	10,8		32,93	40,70	18,21	0,83
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,	110	2,35	4,91	15,89	117,44	0,12	0,10	18,70	23,3		30,24	69,94	23,56	0,86
454 СБ 2012Г	СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.*	20	0,31	1,92	0,71	21,39	0,01	0,02	0,05	25,5		13,22	9,87	1,32	0,04
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (2018)	150	0,08	0,03	16,97	68,45			2,25			5,12	6,81	2,25	0,12
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
Меню по подзаголовку:			18,31	30,31	66,55	614,92	0,40	1,39	56,83	4408,7		126,65	370,70	73,91	7,06

### ПОЛДНИК

630 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0		216,00	162,00	25,20	0,18
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	2ШТ	1,77	2,35	14,50	86,22	0,02	0,01		13,5		9,36	18,10	32,86	0,21

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг															
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe											
Итого по подменю:													6,99	6,85	21,70	176,40	0,09	0,32	1,26	49,5	225,36	180,10	58,06	0,19	
<b>УЖИН</b>																									
001СБ 001П	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ,(П)	60	1,04	0,07	9,92	45,50	0,04	0,05	3,04				24,81	39,56	27,58	0,59									
004СБ 004П	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ,	150/30	27,29	10,92	38,84	362,80	0,08	0,39	3,97	88,2			238,23	290,30	40,07	1,54									
009СБ 009П	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,89				11,89	8,97	4,80	0,81									
106СБ 106П	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:													30,88	11,42	73,73	522,13	0,15	0,45	9,90	88,2	280,63	358,33	76,35	3,32	
<b>Итого за день: 0,00 руб.</b>													67,19	57,38	234,07	1726,22	0,84	2,53	202,35	4596,9	934,71	1184,72	286,10	12,73	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	21,50	17,79	26,73	23,54
Второй завтрак (5 %)	4,71	0,94	8,78	5,94
Обед (35 %)	43,60	64,49	32,78	43,92
Полдник (15 %)	16,64	14,57	10,69	12,60
Ужин (20 %)	73,52	24,30	36,32	37,30
<b>Итого за день (85 - 105 %)</b>	<b>159,98</b>	<b>122,09</b>	<b>115,31</b>	<b>123,30</b>

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

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

Примерное Меню (1-3 года)

День 5

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	8,60	6,12	0,74	0,12
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01				20,0	5,00	14,90	2,60	0,25
284 СБ 2012Г	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ПШЕНО С ЯБЛОКАМИ)	150	6,31	9,15	29,60	226,59	0,17	0,16	2,69			51,0	125,21	157,95	39,33	1,27
465 СБ 2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.(2018)	150	2,18	1,88	11,09	70,55	0,03	0,11	0,98			15,0	90,23	67,50	10,50	0,10
Итого по подменю:			10,49	15,72	51,23	389,31	0,22	0,29	3,67			92,0	279,12	246,07	53,17	1,74

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,	50														
166 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,	50/50	15,83	18,99	2,18	242,65	0,06	0,13	1,95				10,79	164,00	22,15	2,39
263 СБ 2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ..	110	3,49	5,45	15,74	125,96	0,18	0,09	2,97			33,0	10,23	125,40	82,50	2,78
528 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ..	150	0,78	0,04	18,87	79,71	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
Итого по подменю:			32,04	30,96	61,20	653,13	0,47	0,42	24,28			68,4	82,58	476,29	163,09	7,30

ПОЛДНИК

528 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34			36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
557 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ,ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ.	60	3,23	3,46	20,57	126,29	0,05	0,03				12,6	8,43	31,77	4,94	0,43
Итого по подменю:			8,45	7,96	29,21	223,49	0,12	0,30	2,34			48,6	224,43	193,77	30,14	0,61

УЖИН

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe			
40 СВ 2012*	САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,66	2,11	4,65	40,38	0,04	0,03	6,83				9,45	19,68	9,17	0,34	
420 СВ 2012*	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР,	50	8,43	6,83	4,26	112,72	0,05	0,09	0,88	27,7			27,25	83,62	10,50	0,73	
438 СВ 2012*	КАПУСТА ТУШЕНАЯ, *	110	2,64	4,28	11,35	94,58	0,05	0,06	57,73	20,0			66,30	49,14	24,90	0,93	
467 СВ 2010*	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,15			0,10				10,25	8,25	4,40	0,87	
123 СВ 2012*	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:			13,31	13,34	44,22	352,07	0,17	0,19	65,54	47,7	118,54	185,07	54,72	3,58			
<b>Итого за день: 0,00 руб.</b>			64,29	67,98	208,86	1710,00	0,99	1,21	97,83	256,9	661,67	1108,20	305,92	14,63			

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	24,98	33,45	25,24	27,81
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	76,29	65,87	30,15	46,65
Полдник (15 %)	20,12	16,94	14,39	15,96
Ужин (20 %)	31,71	28,32	21,79	25,13
<b>Итого за день (85 - 105 %)</b>	<b>153,10</b>	<b>144,57</b>	<b>102,89</b>	<b>122,12</b>

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

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

## День 6

## Примерное Меню (1-3 года)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ*	208	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04			4,92	13,72	3,16	0,34	
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,74	4,97	27,16	176,90	0,12	0,15	1,07			28,5	131,53	190,42	28,51	0,73
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,68			9,0	63,23	47,93	10,26	0,82
Итого по подменю:			8,74	6,38	58,53	327,27	0,16	0,23	1,79			37,5	199,70	252,07	41,91	1,89

## 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

## ОБЕД

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ,	50	0,69	5,04	4,02	64,20	0,01	0,02	4,52			17,01	19,65	9,96	0,63	
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	104,77	16,91	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	138,31	17,51	1,82	
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	110	4,14	4,57	26,41	163,31	0,06	0,02				19,8	35,43	6,40	0,66	
447 СБ 2013	СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)	30	1,04	2,01	2,80	33,63	0,02	0,05	0,39			12,0	28,74	4,44	0,05	
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30			16,88	11,65	4,50	0,92	
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:			26,93	30,04	94,43	758,62	0,40	0,31	19,62			70,6	162,88	362,83	87,47	6,70

## ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА,	160	4,64	6,40	6,40	101,76	0,03	0,21	0,48			48,0	147,20	22,40	0,16	
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ,	40	3,83	1,58	19,59	107,91	0,08	0,06	0,01			33,5	61,09	8,38	0,80	
Итого по подменю:			8,47	7,98	25,99	209,67	0,11	0,29	0,49			81,5	216,78	208,79	30,78	0,96

## УЖИН

№ п/п	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
109 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ.	50	0,53	5,10	2,76	59,08	0,01	0,01	9,55		15,28	10,11	5,05	0,60
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70/30	19,48	14,81	8,26	244,43	0,32	2,30	34,38	8458,0	53,27	353,64	23,42	7,22
442 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ.	110	2,14	5,02	13,50	108,75	0,11	0,10	14,03	23,6	33,07	74,01	36,69	0,93
467 СБ 2010Г	ЧАЙ С САХАРОМ,(2018)	150			7,54	30,14			0,08		7,58	6,19	3,30	0,64
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:			25,31	25,25	50,50	533,84	0,49	2,43	58,04	8481,6	118,49	481,53	77,81	10,32
Итого за день: 0,00 руб.			69,97	70,17	242,19	1887,12	1,19	3,28	89,94	8671,3	713,85	1315,72	244,99	22,07

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	20,81	13,57	28,83	23,38
Второй завтрак (5%)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35%)	64,12	63,91	46,52	54,19
Полдник (15%)	20,17	16,98	12,80	14,98
Ужин (20%)	60,26	53,72	24,88	38,13
Итого за день (85 - 105%)	166,60	149,30	119,31	134,79

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

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ //

Саморханова И.С./

## Примерное Меню (1-3 года)

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**

104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ ИМБ (2-Й ВАРИАНТ)..	2010	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
276 СБ 2012Г	КАША БОЯРСКАЯ (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ).	150	7,04	20,81	30,88	339,55	0,17	0,21	1,19	118,0	128,28	171,84	30,22	1,17
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,63	78,32	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по подменю:			12,57	24,83	56,99	502,60	0,22	0,33	1,91	151,0	282,53	288,84	57,82	1,60

**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 СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,01	2,50		11,50	12,00	7,00	0,30
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,54	3,03	6,86	60,99	0,05	0,05	22,73	10,8	34,20	38,75	16,70	0,59
341 СБ 2018Г.	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"	60	9,71	4,45	6,98	107,13	0,04	0,08	0,57	2,0	17,02	93,02	11,94	1,26
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ..	110	2,35	4,91	15,89	117,44	0,12	0,10	18,70	23,3	30,24	69,94	23,56	0,86
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	14,12	58,03	0,01	0,01	3,00		5,14	3,30	2,70	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:			17,28	12,80	62,54	437,52	0,26	0,26	47,50	36,1	103,39	241,39	67,65	4,41

**ПОЛДНИК**

538 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	236,00	162,00	25,20	0,18
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ	1ШТ	1,17	9,18	18,75	162,30	0,02	0,01		1,8	2,40	12,60	1,80	0,18
Итого по подменю:			6,39	13,68	25,95	252,48	0,09	0,32	1,26	37,8	238,40	174,60	27,00	0,36

**УЖИН**

42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ(Т)	50	0,63	0,05	5,81	26,78	0,03	0,03	2,40		13,04	26,40	18,24	0,34
-----------------	---------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg
130 СБ 2012г	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛ. МОЛОКОМ.	130/30	30,34	7,52	45,79	372,18	0,10	0,37	47,1	242,40	303,72	41,56	0,77
409 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	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			32,61	7,78	70,37	483,49	0,15	0,41	47,1	271,33	352,09	67,40	2,14
Итого за день: 0,00 руб.			69,89	59,35	225,60	1721,59	0,77	1,34	272,1	903,65	1070,52	223,67	8,59

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года**

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	29,93	52,83	28,07	35,90
Второй завтрак (5 %)	2,48	0,55	4,80	3,25
Обед (35 %)	41,14	27,23	30,81	31,25
Полдник (15 %)	15,21	29,11	12,78	18,03
Ужин (20 %)	77,64	16,55	34,67	34,53
Итого за день (85 - 105 %)	166,40	126,28	111,13	122,97

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,8:3,2

Директор  Пеллохов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор 

Саморханова И.С./



## День 8

## Примерное Меню (1-3 года)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И Б	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,00	72,00	7,60	0,33
279 СБ 2012Г	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	5,49	5,29	27,90	181,70	0,12	0,15	0,98	29,8	105,21	147,36	20,63	1,43
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	180	2,61	2,26	17,80	102,62	0,04	0,14	1,17	18,0	108,41	81,00	12,60	0,13
Итого по подменю:			12,32	10,44	56,18	369,05	0,19	0,33	2,22	70,8	307,42	300,36	40,83	1,89

## 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	40	1,11	2,86	4,10	46,73	0,04	0,04	4,79	8,0	7,67	26,46	9,83	0,36
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.	50	9,75	5,96	4,16	109,47	0,08	0,15	0,68	52,8	66,53	161,54	31,51	0,67
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ.	110	4,29	5,75	21,66	155,68	0,16	0,05	1,65	18,0	36,40	122,20	48,11	1,43
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)	150	0,08	0,03	16,97	68,45			2,25		5,12	6,81	2,25	0,12
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			24,89	22,17	77,19	610,74	0,42	0,36	31,39	94,8	158,65	446,64	126,60	4,85

## ПОЛДНИК

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
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:			9,38	5,02	34,32	221,60	0,16	0,30	2,34	36,0	227,20	207,60	42,80	1,22

## УЖИН

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

№ 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	Fo
308 СБ 2016 Г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	100/30	10,97	9,19	30,67	249,26	0,31	1,02	45,04	3396,0	31,95	227,52	44,54	4,39
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)	150	1,09	0,94	9,34	50,39	0,02	0,06	0,56	7,5	52,58	39,94	8,55	0,68
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подмену:			16,41	16,49	65,42	478,05	0,42	1,14	56,25	3403,5	103,84	328,09	73,40	6,56
Итого за день: 0,00 руб.			63,00	54,12	256,11	1771,44	1,20	2,14	94,20	3605,1	804,11	1289,69	295,63	15,92

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	29,33	22,21	27,67	26,36
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	59,26	47,17	38,02	43,62
Полдник (15 %)	22,33	10,68	16,91	15,83
Ужин (20 %)	39,07	35,09	32,23	34,15
Итого за день (85 - 105 %)	150,00	115,15	126,16	126,53

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

Директор  Теплоухов А.П.

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./

Примерное Меню (1-3 года)

День 9

№ 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>														
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	208	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04	4,92	13,72	3,16	0,34	
263 СБ 2012Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (ВЯЗКАЯ)	150	6,93	8,06	25,46	202,65	0,19	0,19	3,68	101,16	101,50	85,63	2,62	
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)*	180	3,27	2,66	18,07	109,86	0,04	0,16	1,30	124,29	109,65	26,75	0,81	
Итого по подменю:			11,89	11,00	59,21	384,44	0,25	0,36	5,02	59,0	230,37	304,87	115,54	3,77

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												
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК..	180	1,78	2,76	12,56	82,34	0,06	0,06	13,11	18,0	55,28	23,45	1,20	
399 СБ 2012Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.*	60	6,52	4,61	3,77	82,97	0,03	0,05	1,39	9,3	68,78	9,58	6,61	
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.*	110	2,64	4,28	11,35	94,58	0,05	0,06	57,73	20,0	49,14	24,90	0,93	
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79	0,01	0,01	0,30	16,88	11,55	4,50	0,92	
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01		5,29	24,38	5,75	0,71	
Итого по подменю:			14,43	11,99	62,46	418,12	0,19	0,20	72,53	47,3	153,83	222,13	70,98	10,59

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА..	180	5,22	7,20	7,20	114,48	0,04	0,23	0,54	54,0	223,20	165,60	0,18
602 СБ 2012Г	ВАФЛИ.	ШТ	0,56	0,66	15,46	70,03	0,01	0,01		0,5	4,00	14,00	0,38
Итого по подменю:			5,78	7,86	22,66	184,51	0,05	0,24	0,54	54,5	227,20	179,60	0,56

УЖИН

№ 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	
110 СВ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	шт	0,31	0,28	0,02	3,78		0,01		6,0		8,68	6,12	0,74	0,12
132 СВ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.	130	18,42	7,72	31,51	269,64	0,07	0,26	1,63	32,5		128,08	180,13	31,46	0,67
493 СВ 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
508 СВ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	2007	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90			13,05	9,79	5,24	0,91
133 СВ 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:			23,39	9,95	75,82	489,07	0,12	0,33	4,83	46,0	250,20	289,12	53,39	2,47	
Итого за день: 0,00 руб.			56,01	41,32	232,89	1533,86	0,64	1,15	92,92	206,8	877,60	1006,72	276,61	19,59	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	28,31	23,40	29,17	27,46
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	34,38	25,45	30,77	29,85
Полдник (15 %)	13,76	16,72	11,16	13,18
Ужин (20 %)	55,69	21,17	37,35	35,02
Итого за день (85 - 105 %)	133,38	87,85	114,73	109,63

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,7:4,2

Директор  Пеллохов А.П. Заг. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./

ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

День 10

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
282 СБ 2012Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	5,90	6,14	27,70	190,31	0,16	0,14	1,09	31,6	112,13	147,06	36,79	0,93
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-й ВАРИАНТ)	180	1,31	1,13	15,63	78,32	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по подменю:			8,90	11,68	53,85	357,02	0,20	0,23	1,74	61,6	177,56	206,56	46,39	1,28

**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,	50												
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	8,01	6,75	19,48	172,16	0,14	0,19	18,31	10,8	55,80	184,87	73,60	1,65
415 СБ 2012Г	КУРИЦА(ФИЛЕ) В СОУСЕ С ТОМАТОМ.	50/30	11,71	15,09	2,48	192,69	0,01	0,02	1,95	28,9	10,93	13,22	4,61	0,19
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	110	4,14	4,57	26,41	163,31	0,06	0,02		19,8	15,18	35,43	6,40	0,66
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	14,12	59,03	0,01	0,01	3,00		5,14	3,30	2,70	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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			27,14	26,85	80,93	677,63	0,27	0,26	23,26	59,5	96,24	274,20	95,86	4,12

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
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:			10,18	9,94	34,63	268,64	0,13	0,36	15,39	55,1	241,07	207,29	35,64	0,85


**УЖИН**

№ рещ.	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		
															Б	Ж
172 СВ 2012Г	САПАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ,(Г)	60	1,04	0,07	9,92	45,50	0,04	0,05	3,04				24,81	39,56	27,58	0,59
156 СВ 2012Г	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ,	60	7,34	3,46	6,50	87,10	0,07	0,08	1,81	23,6			35,94	117,59	26,82	0,61
441 СВ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ,,	110	2,35	4,91	15,89	117,44	0,12	0,10	18,70	23,3			30,24	69,94	23,56	0,86
487 СВ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,15			0,10				10,25	8,25	4,40	0,87
123 СВ 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:			13,89	8,68	65,19	398,67	0,26	0,24	23,65	46,9	223,2	66,04	106,53	259,72	88,11	3,64
Итого за день: 0,00 руб.			60,11	57,15	257,60	1793,96	0,87	1,10	66,04	223,2	628,40	954,77	270,00	11,29		

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-3 года

СанПин Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	21,19	24,85	26,53	25,50
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	64,62	57,13	39,87	48,40
Полдник (15 %)	24,24	21,15	17,06	19,19
Ужин (20 %)	33,07	18,36	32,12	28,45
Итого за день (85 - 105 %)	143,12	121,49	126,90	128,11

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

## ООО "Ника"

## Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (1-3 года)

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</b>					
Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010			
БАТОН	0,0200	0,020			
ВЫХОД:	0,0300	0,030			
<b>КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)</b>					
Выход: 150, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
КРУПА МАННАЯ	0,0231	0,023			
МОЛОКО 2,5%	0,0795	0,080			
ВОДА	0,0525	0,053			
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004			
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001			
МАССА КАШИ	0,1440	0,144			
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004			
ВЫХОД:	0,1500	0,150			
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)</b>					
Выход: 150, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0015	0,002			
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075			
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011			
ВОДА	0,0900	0,090			
ВЫХОД:	0,1500	0,150			
<b>БАТОН,</b>					
Выход: 20, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
БАТОН	0,0200	0,020			
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>					
<b>СОК ПОРЦ.*</b>					
Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
СОК ФРУКТОВЫЙ(ИНД.УПАК)	0,2000	0,200			
ВЫХОД:	0,2000	0,200			
<b>ОБЕД</b>					
<b>САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ,</b>					
Выход: 40, N рец.: 58 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0324	0,032			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004			
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004			
ВЫХОД:	0,0400	0,040			
<b>СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ*</b>					
Выход: 180/10, N рец.: 176 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0180	0,018			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007			
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1350	0,135			
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0036	0,004			
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004			
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001			
МОЛОКО 2,5%	0,0270	0,027			
ВЫХОД:	0,1800	0,180			
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ					
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0162	0,016			
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ					
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0216	0,022			
<b>ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ*</b>					
Выход: 50/40, N рец.: 378 СБ 2012Г, Порций: 1,00					
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0793	0,079			
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0112	0,011			
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0035	0,004			
			<b>МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С</b>		
			0,0023		
			<b>МАССА ТУШЕНОГО МЯСА</b>		
			0,0500		
			<b>МАССА СОУСА</b>		
			0,0400		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0900		
			<b>РИС ОТВАРНОЙ,</b>		
			Выход: 110, N рец.: 424 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			РИС ОБРАБ.ПАРОМ		
			0,0396		
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
			0,0050		
			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
			0,0015		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,1100		
			<b>КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)</b>		
			Выход: 150, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00		
			СМОРОДИНА С/М		
			0,0150		
			САХАР-ПЕСОК		
			0,0112		
			КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		
			0,0067		
			ВОДА		
			0,1350		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,1500		
			<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
			Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА		
			0,0200		
			<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
			Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)		
			0,0200		
			<b>ПОЛДНИК</b>		
			<b>ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.</b>		
			Выход: 160, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			ЙОГУРТ 2,5%		
			0,1600		
			<b>ПИРОЖКИ,ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ</b>		
			Выход: 60, N рец.: 557 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			МУКА НА ПОДПЫЛ		
			0,0009		
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ		
			0,0009		
			ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ		
			0,0013		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0600		
			<b>Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ</b>		
			МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С		
			0,0243		
			САХАРНЫЙ ПЕСОК		
			0,0026		
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
			0,0017		
			ЯЙЦА		
			0,0017		
			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
			0,0004		
			ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)		
			0,0009		
			ВОДА		
			0,0125		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0430		
			ВЛАЖНОСТЬ: %		
			1,4190		
			<b>Вх. рецепт: ФАРШ ЯБЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
			ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
			0,0253		
			САХАРНЫЙ ПЕСОК		
			0,0075		
			ВОДА		
			0,0005		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0250		
			<b>УЖИН</b>		
			<b>ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ.</b>		
			Выход: 40, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
			МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ		
			0,0300		
			ЛУК РЕПЧАТЫЙ		
			0,0072		
			ТОМАТНАЯ ПАСТА		
			0,0045		
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
			0,0032		
			ЛИМОННАЯ КИСЛОТА		
			0,0001		
			САХАРНЫЙ ПЕСОК		
			0,0005		
			<b>ВЫХОД:</b>		
			0,0400		
			<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0307	0,031

<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ</b>		
Выход: 80, N рец.: 348 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М БЛ	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	0,0008	0,001
МАССА ОМЛЕТА	0,0270	0,027
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0840	0,084
ВЫХОД:	0,0800	0,080

<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ,</b>		
Выход: 110, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1100	0,110
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0924	0,092

<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		
Выход: 150/7, N рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1125	0,113
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1570	0,157
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

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

**День 2**

**ЗАВТРАК**

<b>БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*</b>		
Выход: 20/8, N рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

<b>КАША "ДРУЖБА"</b>		
Выход: 150, N рец.: 275 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0112	0,011
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0082	0,008
МОЛОКО 2,5%	0,0765	0,077
ВОДА	0,0525	0,053
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).</b>		
Выход: 180, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
ВОДА	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,1800	0,180
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>ЯБЛОКИ,</b>		
Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130

**ОБЕД**

<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ*</b>		
Выход: 50, N рец.: 120 СБ 2012г, Порций: 1,00		
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050

<b>СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b>		
Выход: 20/200, N рец.: 163 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ВОДА	0,1400	0,140
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,2200	0,220

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0800	0,080

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>БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*,</b>		
Выход: 60, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0445	0,045
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0111	0,011
МОЛОКО 2,5%	0,0154	0,015
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0024	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0686	0,069
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0600	0,060

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ.*</b>		
Выход: 110, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1155	0,116
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0022	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0066	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0035	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0013	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0033	0,003
ВЫХОД:	0,1100	0,110
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0044	0,004

<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ..</b>		
Выход: 150, N рец.: 526 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КУРАГА	0,0150	0,015
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0277	0,028
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ВОДА	0,1515	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

**ПОЛДНИК**

<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.</b>		
Выход: 180, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,1800	0,180*
ВЫХОД:	0,1800	0,180



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>ПРЯНИКИ</b>		
Выход: 1шт, № рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПРЯНИКИ КГ	0,0300	0,030
<b>УЖИН</b>		
<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ(Т)</b>		
Выход: 50, № рец.: 42 СБ 2016Г., Порций: 1,00		
САХАР-ПЕСОК	0,0025	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0480	0,048
<b>КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ,</b>		
Выход: 180, № рец.: 387 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА БЖ	0,1008	0,101
МАССА ОТВАРНОГО МЯСА	0,0630	0,063
МАССА ОТВАРНОГО ПРОТЕРТОГО	0,1390	0,139
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,009
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0080	0,008
ЯЙЦА	0,0036	0,004
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0023	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2110	0,211
МАССА ЗАПЕЧЕННОГО БЛЮДА	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1900	0,190
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1480	0,148
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.</b>		
Выход: 30, № рец.: 454 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0008	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
ВОДА	0,0165	0,017
СМЕТАНА 15%	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,0300	0,030
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)</b>		
Выход: 180, № рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
ВОДА	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,1800	0,180
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020
<b>День 3</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,</b>		
Выход: 20Г/0, № рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0350	0,035
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.</b>		
Выход: 180, № 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
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).</b>		
Выход: 180, № рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00		

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1530	0,153
ВЫХОД:	0,1800	0,180
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
<b>СОК ПОРЦ.*</b>		
Выход: 200, № рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ФРУКТОВЫЙ(ИНД УПАК)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200
<b>ОБЕД</b>		
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.</b>		
Выход: 50, № рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЧЕСНОК	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0500	0,050
Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0450	0,045
<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.</b>		
Выход: 180, № 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
<b>РАГУ ИЗ ПТИЦЫ..</b>		
Выход: 160, № рец.: 417 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0658	0,066
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
МАССА ЖАРеноЙ ПТИЦЫ	0,0458	0,046
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0021	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0092	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0010	0,001
МАССА ГАРНИРА И СОУСА	0,1142	0,114
ВЫХОД:	0,1600	0,160
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0732	0,073
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0156	0,016
<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)</b>		
Выход: 160, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150
<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: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
<b>ПОЛДНИК</b>		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>СНЕЖОК</b>		
Выход: 150, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СНЕЖОК НАПИТОК	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<b>ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ</b>		
Выход: 60, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0370	0,037
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0069	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0026	0,003
ЯЙЦА	0,0012	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ДРОЖКИ (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

<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОРЫ, ОГУРЦЫ)</b>		
Выход: 15/15, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0150	0,015
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0150	0,015
ВЫХОД:	0,0300	0,030

<b>СУФЛЕ РЫБНОЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ</b>		
Выход: 60/30, N рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0432	0,043
МОЛОКО 2,5%	0,0210	0,021
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0024	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,002
ЯЙЦА	0,0104	0,010
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0690	0,069
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0012	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060
ВЫХОД:	0,0600	0,060
МИНТАЙ С/М Б/Т	0,0546	0,055

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-й ВАРИАНТ)</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0003	
ВЫХОД:	0,0300	0,030
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0210	0,021
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0017	0,002
ВЫХОД:	0,0210	0,021
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0017	0,002

<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,</b>		
Выход: 110, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0374	0,037
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1056	0,106
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0019	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1100	0,110

<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b>		
Выход: 150/7, N рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1125	0,113
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,1570	0,157
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,0400	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

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

#### День 4

#### ЗАВТРАК

<b>БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*</b>		
Выход: 20/8, N рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

<b>КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)</b>		
Выход: 150, N рец.: 283 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0231	0,023
ВОДА	0,0435	0,044
МОЛОКО 2,5%	0,0885	0,089
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<b>КАКАО С МОЛОКОМ.(2018)</b>		
Выход: 180, N рец.: 462 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
КАКАО-ПОРОШОК	0,0022	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0945	0,095
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

<b>АПЕЛЬСИНЫ</b>		
Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	0,2200	0,220

#### ОБЕД

<b>ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ</b>		
Выход: 50, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.</b>		
Выход: 180, N рец.: 142 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0144	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0022	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0144	0,014

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0090	0,009

<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0288	0,029

<b>ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ.</b>		
Выход: 70, N рец.: 410 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0518	0,052
МАССА ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ	0,0350	0,035
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0182	0,018
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0091	0,009
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0210	0,021
ЯЙЦА	0,0070	0,007

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,0014	0,001
Выход:	0,0700	0,070
<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,</b>		
Выход: 110, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
Выход:	0,1100	0,110
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0924	0,092

<b>СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.*</b>		
Выход: 20, N рец.: 454 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	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

<b>КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)</b>		
Выход: 150, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00		
КЛЮКВА СВЕЖАЯ	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0112	0,011
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0067	0,007
ВОДА	0,1350	0,135
Выход:	0,1500	0,150

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

#### ПОЛДНИК

<b>КЕФИР.</b>		
Выход: 180, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,1800	0,180
Выход:	0,1800	0,180

<b>ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ..</b>		
Выход: 2ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0208	0,021

#### УЖИН

<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ..(Т)</b>		
Выход: 60, N рец.: 72 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КУРАГА	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
Выход:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0560	0,056

<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ.,</b>		
Выход: 150/30, N рец.: 254 СБ 2016 Г, Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,1020	0,102
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0345	0,035
САХАР-ПЕСОК	0,0120	0,012
ЯЙЦА	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
ВАНИЛИН	0,0001	
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0060	0,006
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1500	0,150
Выход:	0,1500	0,150
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0300	0,030

<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)</b>		
Выход: 180/7, N рец.: 456 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1350	0,135

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
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

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

#### День 5

#### ЗАВТРАК

<b>ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ</b>		
Выход: шт, N рец.: 310 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ.1К	0,0600	0,060
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002

<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ</b>		
Выход: 20/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
Выход:	0,0250	0,025

<b>КАША "ЯНТАРНАЯ" (ПШЕНО С ЯБЛОКАМИ)</b>		
Выход: 150, N рец.: 284 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0300	0,030
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
МАССА КАШИ	0,1170	0,117
Для сиропа:		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0036	0,004
ВОДА	0,0180	0,018
МАССА СИРОПА	0,0180	0,018
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0150	0,015
МАССА ЯБЛОК, ПРИПУЩЕННЫХ С	0,0330	0,033
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0060	0,006
МАССА КАШИ	0,1170	0,117

<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.(2018)</b>		
Выход: 150, N рец.: 465 СБ 2018, Порций: 1,00		
ВОДА	0,0825	0,083
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075
САХАР-ПЕСОК	0,0075	0,008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002
Выход:	0,1500	0,150

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

<b>СОК ПОРЦ..*</b>		
Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ФРУКТОВЫЙ(ИНД.УПАК)	0,2000	0,200
Выход:	0,2000	0,200

#### ОБЕД

<b>ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,</b>		
Выход: 50, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050

<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(ГОРБУША)*.</b>		
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

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0032	0,003
ВЫХОД:	0,1260	0,126
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0814	0,081
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0072	0,007

#### **МЯСО ТУШЕНОЕ,**

Выход: 50/50, N рец.: 374 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0829	0,083
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0043	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0057	0,006
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0029	0,003
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0014	0,001
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0500	0,050
МАССА МЯСА С СОУСОМ	0,1000	0,100
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0043	0,004

#### **КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ..**

Выход: 110, N рец.: 263 СБ 2012, Порций: 1,00		
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0275	0,028
ВОДА	0,0825	0,083
МАССА КАШИ	0,1056	0,106
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

#### **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ..**

Выход: 150, N рец.: 526 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КУРАГА	0,0150	0,015
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0277	0,028
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ВОДА	0,1515	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

### ПОЛДНИК

#### **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.**

Выход: 180, N рец.: 628 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### **ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ.**

Выход: 60, N рец.: 557 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0009	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0009	0,001
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0600	0,060

#### **Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ**

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0244	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0026	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0017	0,002
ЯЙЦА	0,0017	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
ВОДА	0,0125	0,012
ВЫХОД:	0,0431	0,043
ВЛАЖНОСТЬ: %	1,4223	1,422

#### **Вх. рецепт: ФАРШ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛУКОМ**

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0065	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0228	0,023

### УЖИН

#### **САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ**

Выход: 40, N рец.: 79 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0240	0,024

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ЛУК ЗЕЛЕНый	0,0044	0,004
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0052	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,0400	0,040
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0250	0,025
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0050	0,005

#### **ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР,**

Выход: 50, N рец.: 420 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0372	0,037
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0078	0,008
ЯЙЦА	0,0043	0,004
МОЛОКО 2,5%	0,0108	0,011
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0014	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0572	0,057
МАССА ГОТОВЫХ ФРИКАДЕЛЕК	0,0600	0,060
ВЫХОД:	0,0500	0,050

#### **КАПУСТА ТУШЕНАЯ, \***

Выход: 110, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1155	0,116
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0022	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0066	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0035	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0033	0,003
ВЫХОД:	0,1100	0,110

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0044	0,004
--------------------------------	--------	-------

#### **ЧАЙ С САХАРОМ**

Выход: 200, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

### День 6

#### ЗАВТРАК

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

Выход: 20/8, N рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

#### **КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ**

Выход: 150, N рец.: 270 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0333	0,033
МОЛОКО 2,5%	0,0825	0,083
ВОДА	0,0405	0,041
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0014	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0014	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).**

Выход: 180, N рец.: 507 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
ВОДА	0,0900	0,090

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
Выход:	0,1800	0,180
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0005	0,001
ВОДА	0,0494	0,049
Выход:	0,0450	0,045

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

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

### ОБЕД

<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.</b>		
Выход: 50, N рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЧЕСНОК	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
Выход:	0,0500	0,050
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0450	0,045

<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ</b>		
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

<b>Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА</b>		
Выход:	0,0100	0,010
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0158	0,016

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0500	0,050

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0080	0,008

<b>КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ</b>		
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

<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,</b>		
Выход: 110, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0374	0,037
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1056	0,106
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0019	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
Выход:	0,1100	0,110

<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ (ПОРЦ)</b>		
Выход: 30, N рец.: 447 СБ 2013, Порций: 1,00		
<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
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

<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)</b>		
Выход: 150, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
Выход:	0,1500	0,150
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

### ПОЛДНИК

<b>РЯЖЕНКА,</b>		
Выход: 150, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
РЯЖЕНКА 2,5%	0,1600	0,160
Выход:	0,1600	0,160

<b>ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.</b>		
Выход: 40, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0247	0,025
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0006	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
ЯЙЦА	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ДРОЖКИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0007	0,001
ВОДА	0,0120	0,012
МАССА ТЕСТА	0,0407	0,041
ЯЙЦА	0,0067	0,007
СМЕТАНА 15%	0,0025	0,003
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0091	0,009
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0487	0,048
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0003	
Выход:	0,0400	0,040

### УЖИН

<b>САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ..</b>		
Выход: 50, N рец.: 59 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0250	0,025
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0205	0,021
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
Выход:	0,0500	0,050

<b>ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,</b>		
Выход: 70/30, N рец.: 408 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ КУРИНАЯ	0,1030	0,103
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0090	0,009
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ЖАРеноЙ ПЕЧЕНИ	0,0700	0,070
Выход: С СОУСОМ	0,1000	0,100

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)</b>		
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

<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ,</b>		
Выход: 110, N рец.: 442 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,0484	0,048
МАССА ПРОТЕРТОЙ МОРКОВИ	0,0517	0,052
МОЛОКО 2,5%	0,0083	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0055	0,006
Выход:	0,1100	0,110

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0545	0,055
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0605	0,061

<b>ЧАЙ С САХАРОМ, (2018)</b>		
Выход: 150, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1125	0,113
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
Выход:	0,1500	0,150
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

### День 7

#### ЗАВТРАК

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

Выход: 20/10, № рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

##### **КАША БОЯРСКАЯ (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ).**

Выход: 150, № рец.: 276 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0205	0,020
МОЛОКО 2,5%	0,0915	0,092
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0060	0,006
ИЗЮМ	0,0020	0,002
ЯЙЦА	0,0075	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0203	0,020
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

Выход: 180, № рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1530	0,153
ВЫХОД:	0,1600	0,160

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

##### **МАНДАРИН..**

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

МАНДАРИНЫ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

#### ОБЕД

##### **ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ**

Выход: 50, № рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0500	0,050
ВЫХОД:	0,0500	0,050

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

Выход: 180, № рец.: 156 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0360	0,036
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0007	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0010	0,002
ВОДА	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

##### **КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"**

Выход: 60, № рец.: 341 СБ 2018г., Порций: 1,00

ГОВЯДИНА Б/К	0,0420	0,042
МОЛОКО 2,5%	0,0072	0,007
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0060	0,006
ЯЙЦА КУРИНЫЕ ДИЕТ.1К	0,0060	0,006

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0065	0,007
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0042	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ Д/СМАЗКИ	0,0012	0,001
ЧЕСНОК	0,0006	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	0,0003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0600	0,060
ВЫХОД:	0,0600	0,060

##### **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,**

Выход: 110, № рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1100	0,110

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0924	0,092
---------------------------	--------	-------

##### **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК**

Выход: 150, № рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ВОДА	0,1290	0,129
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	0,0002
ВЫХОД:	0,1500	0,150

##### **ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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

#### ПОЛДНИК

##### **КЕФИР.**

Выход: 180, № рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

##### **ПРЯНИКИ**

Выход: 1ШТ, № рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

#### УЖИН

##### **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ(Т)**

Выход: 50, № рец.: 42 СБ 2016Г., Порций: 1,00

САХАР-ПЕСОК	0,0025	0,003
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0480	0,048
--------------------------------	--------	-------

##### **СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ.,**

Выход: 130/30, № рец.: 330 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1170	0,117
ЯЙЦА	0,0043	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0130	0,013
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0173	0,017
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1470	0,147
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0043	0,004
МАССА ГОТОВЫХ СЫРНИКОВ	0,1300	0,130
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0300	0,030
ВЫХОД:	0,1600	0,160

##### **ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)**

Выход: 180/7, № рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00

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

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

##### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

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

День 8

**ЗАВТРАК**

**БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б**

Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

Выход: 150, N рец.: 279 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0300	0,030
ВОДА	0,0510	0,051
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

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

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

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

**СОК ПОРЦ.\***

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

СОК ФРУКТОВЫЙ(ИНД.УПАК)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

**ОБЕД**

**САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЬ ГОРОШКОМ**

Выход: 40, N рец.: 82 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0180	0,018
МАССА ВАРЕНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0100	0,010
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0068	0,007
ЯЙЦА	0,0032	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0024	0,002
ВЫХОД:	0,0400	0,040

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.01-28.02 36,74%	0,0180	0,018
------------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0102	0,010
--------------------------------	--------	-------

**РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСН.ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

Выход: 20/200, N рец.: 146 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0160	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
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

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

ВЫХОД: 0,0200 0,020

**СУФЛЕ РЫБНОЕ.**

Выход: 50, N рец.: 346 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0455	0,046
МАССА ОТВАРНОЙ РЫБЫ	0,0357	0,036
МОЛОКО 2,5%	0,0175	0,018
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0020	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
ЯЙЦА	0,0087	0,009
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0572	0,057
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%	0,0175	0,018
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0175	0,018
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0014	0,001

**РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ.**

Выход: 110, N рец.: 334 СБ 2016 Г, Порций: 1,00

РИС ОБРАБ.ПАРОМ	0,0323	0,032
ВОДА	0,8682	0,868
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0902	0,090
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0033	0,003
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0102	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0110	0,011
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0110	0,011
--------------------------------	--------	-------

**КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)**

Выход: 150, N рец.: 479 СБ 2018, Порций: 1,00

КЛЮКВА СВЕЖАЯ	0,0150	0,015
САХАР-ПЕСОК	0,0112	0,011
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0067	0,007
ВОДА	0,1350	0,135
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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

**ПОЛДНИК**

**МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.**

Выход: 180, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

**БАРАНКИ**

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

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

**УЖИН**

**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
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0210	0,021

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

<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ</b>		
Выход: 160/30, № рец.: 308 СБ 2016 Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0410	0,041
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
МАССА ГОТОВОЙ ПЕЧЕНИ	0,0330	0,033
МАССА ПРОТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1450	0,145
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0110	0,011
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
МАССА ПРИПУЩЕННОГО ЛУКА	0,0080	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ПИФАБРИКАТА	0,1880	0,188
МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ	0,1600	0,160
ВЫХОД: С СОУСОМ	0,1900	0,190

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.01-26.02 38,74%	0,1480	0,148

<b>Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ</b>		
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

<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)</b>		
Выход: 160, № рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
МОЛОКО 2,5%	0,0375	0,038
ВОДА	0,0750	0,075
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

<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: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

## День 9

### ЗАВТРАК

<b>БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*</b>		
Выход: 20/8, № рец.: 109 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0080	0,008
ВЫХОД:	0,0280	0,028

<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (ВЯЗКАЯ)</b>		
Выход: 150, № рец.: 263 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0375	0,038
МОЛОКО 2,5%	0,0750	0,075
ВОДА	0,0375	0,038
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0004	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<b>КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ),</b>		
Выход: 180, № рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАКАО-ПОРОШОК	0,0027	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0990	0,099
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

<b>ЯБЛОКИ..</b>		
Выход: ШТ, № рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1300	0,130

### ОБЕД

<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ*</b>		
Выход: 50, № рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050

<b>СВЕКОЛЬНИК..</b>		
Выход: 180, № 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%	0,0072	0,007
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,1800	0,180

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0310	0,031

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0072	0,007

<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0461	0,046

<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.*</b>		
Выход: 60, № рец.: 399 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0294	0,029
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0055	0,006
ВОДА	0,0084	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0013	0,001
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0139	0,014
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0076	0,008
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0018	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0498	0,050
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0007	0,001
МАССА ГОТОВЫХ ТЕФТЕЛЕЙ	0,0420	0,042

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ..*</b>		
Выход: 110, № рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1155	0,116
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0022	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0066	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0035	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0033	0,003
ВЫХОД:	0,1100	0,110

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0044	0,004

<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)</b>		
Выход: 150, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

<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: 20, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

### ПОЛДНИК



Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>РЯЖЕНКА.</b>		
Выход: 180, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
РЯЖЕНКА 2,5%	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

#### **БАФЛИ.**

Выход: шт, N рец.: 602 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАФЛИ ВЕСОВЫЕ	0,0200	0,020

#### 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: 130, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,0702	0,070
КРУПА МАННАЯ	0,0078	0,008
САХАР-ПЕСОК	0,0182	0,018
ЯЙЦА	0,0052	0,005
МОЛОКО 2,5%	0,0234	0,023
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0052	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	0,0052	0,005
СМЕТАНА 15%	0,0052	0,005
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0234	0,023

#### **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.: 508 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 МАСЛОМ НА БАТОНЕ**

Выход: 20/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

#### **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

Выход: 160, N рец.: 282 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0300	0,030
ВОДА	0,0420	0,042
МОЛОКО 2,5%	0,0840	0,084
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

Выход: 180, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0018	0,002

Наименование, состав изделия	N на 1 пор. Нетто	Нетто
МОЛОКО 2,5%	0,0430	0,043
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВОДА	0,1530	0,152
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### **СОК ПОРЦ.\***

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ФРУКТОВЫЙ(ИНД УПАК)	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

#### ОБЕД

#### **ОГУРЧИК СВЕЖИЙ,**

Выход: 50, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0500	0,050

#### **СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.**

Выход: 180, N рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САЙРА)	0,0288	0,029
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0068	0,007
РИС КРУГЛЫЙ	0,0036	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
ПЕТРУШКА СВЕЖАЯ	0,0012	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0504	0,050

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0115	0,012

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

Выход: 50/30, N рец.: 415 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГРУДКА КУРИНАЯ	0,0597	0,060
МАССА ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	0,0467	0,047
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0050	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0025	0,003
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
ЧЕСНОК	0,0006	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0033	0,003
ВОДА	0,0307	0,031
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0800	0,080

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0050	0,005

#### **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,**

Выход: 110, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0374	0,037
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1056	0,106
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0019	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,1100	0,110

#### **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК**

Выход: 150, N рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
ВОДА	0,1290	0,129
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД:	0,1500	0,150

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

#### ПОЛДНИК

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

<b>КЕФИР.</b>		
Выход: 180, N рец.: 536 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,1800	0,180
<b>ВЫХОД:</b>	0,1800	0,180

<b>ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ.</b>		
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
<b>ВЫХОД:</b>	0,0075	0,0075

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

<b>Вх. рецепт: ФАРШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ</b>		
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	
<b>ВЫХОД:</b>	0,0313	0,031

#### УЖИН

<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ. (Т)</b>		
Выход: 60, N рец.: 72 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КУРАГА	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
<b>ВЫХОД:</b>	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0560	0,056

<b>ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ.</b>		
Выход: 60, N рец.: 355 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0360	0,036
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0096	0,010
МОЛОКО 2,5%	0,0102	0,010
ЯЙЦА	0,0024	0,002
МАССА РЫБНОЙ КОТЛЕТНОЙ	0,0566	0,057
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0012	0,001
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0120	0,012
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
МАССА ФАРША	0,0120	0,012
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0686	0,069
МАССА ГОТОВЫХ ЗРАЗ	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0060	0,006

<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.</b>		
Выход: 110, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
<b>ВЫХОД:</b>	0,1100	0,110
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0924	0,092

<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>		
Выход: 200, N рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
<b>ВЫХОД:</b>	0,2000	0,200

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

<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
<b>ВЫХОД:</b>	0,0500	0,050

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