

ООО «НИКА»



«Разработано»:

ООО «Ника»

/А.П. Теплоухов/КА"  
«01» Октября 2021 г.



«Утверждаю»:

Директор МАОУ «Гимназия №1» г. Перми

/О.Ю. Казанцева/

«01» Октября 2021 г.



## Примерное десятидневное меню

### Для организации питания детей от 1-3 лет на осенне-зимний период в дошкольных образовательных организациях

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений.
- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

Издательство: ЗАО «Уральский региональный центр питания» ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 6-е издание, переработанное и дополненное, Пермь 2012 г.

- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

Издательство: Москва, ООО «Дели плюс», 2016 г.; разработан и подготовлен ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»; ФГБНУ «НИИ питания».

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.02.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

**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 нормы, %
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день			
Дрожжи хлебопекарные		0,70		0,90	0,57			1,00		0,90	0,41	0,40	1,8
Какао-порошек				2,70							0,49	0,50	-2,0
Картофель	78,60	72,00	182,30	127,50	14,40	173,20	130,80	169,90	31,00	220,90	120,06	120,00	0,0
Кондитерские изделия		8,00	10,00	8,00	16,70	25,00	10,00	9,40	30,50		11,76	12,00	-2,0
Кофейный напиток	1,70		1,70		1,60		1,70	1,70		1,80	1,02	1,00	2,0
Крупы (злаки), бобовые	37,30	27,50	30,00	23,10	33,70	33,30	31,30	32,30	32,80	32,10	31,34	30,00	4,5
Макаронные изделия			40,80			37,40					7,82	8,00	-2,3
Масло коровье сладкосливочное	20,68	20,90	15,75	13,80	22,80	20,45	22,50	9,70	13,10	18,85	17,85	18,00	-0,8
Масло растительное	10,00	6,00	7,80	11,00	12,50	12,50	7,80	12,50	8,40	6,00	9,45	9,00	5,0
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	378,50	314,30	355,00	417,00	310,50	429,00	384,60	421,30	410,10	388,20	380,85	390,00	-2,3
Мука картофельная (крахмал)	6,70			6,00				6,70			1,94	2,00	-3,0
Мука пшеничная хлебопекарная	7,98	28,60	7,98	50,30	19,02	6,95	7,98	50,30	19,00	43,32	24,14	25,00	-3,4
Мясо говядина 1кат.(бескостное/на кости)	76,75	54,35			105,70	43,00	125,30		88,00		49,31	50,00	-1,4
Овощи, зелень	207,74	226,95	105,09	143,20	288,30	61,80	161,40	126,39	272,80	195,40	178,91	180,00	-0,6
Печень (Субпродукты)			73,50			74,00				43,00	19,05	20,00	-4,8
Птица (куры 1 кат.потр/цыплята-бр.индейка)		37,00	74,00					37,20		44,50	19,27	20,00	-3,7
Рыба(филе)в т.ч.филе слабо- или малосоленое	45,50		88,58	61,60	36,00			50,98		28,80	31,15	32,00	-2,7
Сахар	25,60	25,60	26,60	25,60	26,60	25,60	26,60	25,60	26,60	25,60	26,00	25,00	4,0
Сметана с м.д.ж.не более 15%	19,50		21,00	10,30	7,20	11,00	7,20	7,20	6,20		8,96	9,00	-0,4
Соки фруктовые (овощные)	200,00		200,00		200,00			200,00		200,00	100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	3,06	3,69	3,06	1,90	3,69	3,06	1,60	3,06	3,69	3,69	3,05	3,00	1,7
Сыр неострых сортов (твердый,мягкий,плавленный)	10,00		10,00			8,00		10,00			3,80	4,00	-5,0
Творог,творожн.-изд.с м.д.ж.не менее 5%		82,90		82,90			82,90		59,40		30,81	30,00	2,7
Фрукты (плоды) свежие	30,00	130,00	22,00	244,00	30,00	146,40	167,00	15,00	137,00	30,00	95,14	95,00	0,1
Фрукты (плоды) сухие		29,00	15,00		15,00	15,00	11,00		15,00	2,00	8,70	9,00	-3,3
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	110,75	49,20	40,00	50,00	49,60	70,75	40,00	55,80	52,20	54,10	57,24	60,00	-4,6
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,00	20,00	40,00	20,00	40,00	20,00	40,00	80,00	40,00	60,00	38,00	40,00	-5,0
Чай,включая фиточай	0,30	0,70	0,30	0,70	0,30	0,75	0,75	0,30	0,75	0,30	0,52	0,50	3,0
Яйцо куриное диетическое	15,60	85,50	8,70	70,60	70,50	15,60	13,99	13,99	85,50	15,60	39,56	40,00	-1,1

**Итого в среднем на одного питающегося:**

<b>Пищевые вещества</b>	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
	59,35	56,57	224,93	1668,43
<b>Минеральные вещества</b>	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	3080,78	2658,42	756,14	242,87
<b>Витамины</b>	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
	1762,85	0,84	1,53	9,51
			Фосфор, мг	Железо, мг
			1038,59	14,03
			С, мг	
			103,19	

**День 1** **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>																
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б	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	3,01	4,45	16,71	119,33	0,04	0,09	0,65	24,8	66,21	59,31	9,83	0,24		
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(1-й ВАРИАНТ).	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12		
Итого по подменю:			9,70	9,47	43,99	300,98	0,10	0,26	1,83	64,8	262,39	207,81	29,33	0,69		

**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**

1 СБ 2012Г	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.	40	0,45	4,05	4,22	55,17	0,01	0,02	8,50		11,72	11,42	7,08	0,35
176 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ*	180/10	10,25	7,28	17,05	175,70	0,10	0,14	13,84	19,8	63,95	135,29	30,40	1,68
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,*	50	9,76	9,13	7,81	152,87	0,04	0,09	0,15	16,3	22,25	98,79	12,51	4,57
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ,.	110	4,29	5,75	21,66	155,54	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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			26,41	26,36	76,63	651,97	0,34	0,31	26,39	54,1	144,73	398,89	106,10	8,86

**ПОЛДНИК**

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,.	170	6,80	2,55	24,31	147,39	0,04	0,19	0,77	12,7	158,10	121,13	19,13	0,13
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:			10,96	3,07	49,99	271,79	0,13	0,22	0,77	12,7	169,30	166,73	36,73	1,17

**УЖИН**

133 СБ 2012Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ,.	50	0,97	4,05	5,77	63,43	0,02	0,03	7,25		18,10	25,58	12,49	0,74
-----------------	-------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ 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.,	50	9,74	5,96	4,15	109,47	0,08	0,15	0,68	52,8	72,05	162,66	31,84	0,71
210 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ,	130	2,75	9,25	15,07	154,57	0,11	0,09	26,32	33,1	44,74	74,66	29,59	1,00
506 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:			15,10	19,47	45,95	420,74	0,23	0,28	37,13	85,9	149,38	283,63	80,86	3,36
Итого за день: 0,00 руб.			62,17	58,37	239,56	1737,48	0,81	1,08	68,12	217,6	732,80	1064,06	257,02	15,48

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,10	20,15	21,67	21,50
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	43,76	48,70	33,99	39,83
Полдник (15 %)	26,10	6,53	24,63	19,41
Ужин (20 %)	35,98	41,43	22,64	30,14
Итого за день (85 - 105 %)	128,93	116,81	114,25	117,45

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

Директор  Теплоухов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор 

/Саморханова И.С./

ООО "Ника"

День 2

Примерное Меню (1-3 года)

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.*	20/8	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	8,07	21,16	173,73	0,08	0,13	0,99	43,3	98,91	107,31	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	9,48	52,53	324,10	0,12	0,21	1,71	52,3	167,06	168,96	36,67	1,61

**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**

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
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
163 СБ 2012Г	СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ.*	25/180	7,06	5,19	12,09	123,16	0,11	0,10	14,91	5,0	13,52	101,89	23,99	1,51
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	50	8,02	6,37	4,99	109,91	0,05	0,08	0,91	17,3	29,74	78,20	10,55	0,65
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.*	110	2,59	4,28	11,04	93,04	0,05	0,06	57,51	20,0	65,11	46,72	23,23	0,90
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
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:			20,28	16,31	57,35	458,64	0,25	0,28	75,19	48,3	149,49	278,37	73,86	5,18

**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
578 СБ 2012Г	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ.	40	3,17	5,42	25,18	162,15	0,05	0,03		26,0	8,27	29,84	4,89	0,41
Итого по подменю:			8,39	9,92	33,82	259,35	0,12	0,30	2,34	62,0	224,27	191,84	30,09	0,59


**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	
6 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,69	6,05	5,44	78,93	0,03	0,04	2,64			14,31	29,16	20,06	0,38
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ СО СГУЩ.МОЛОКОМ	110/30	22,71	6,67	43,56	325,09	0,09	0,31	0,47	56,6		210,90	257,79	37,31	1,00
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
Итого по подменю:			24,98	12,92	67,56	487,39	0,14	0,36	3,20	56,6	238,30	307,38	64,13	2,37	2,37
Итого за день: 0,00 руб.			61,15	49,15	224,00	1587,20	0,66	1,17	92,44	219,3	795,12	957,55	213,75	11,95	11,95

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

СанПИН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	16,62	20,17	25,88	23,15
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	36,43	25,51	28,31	28,61
Полдник (15 %)	19,98	21,11	16,66	18,53
Ужин (20 %)	54,33	22,06	25,00	27,76
Итого за день (85 - 105 %)	128,60	89,96	102,13	102,16

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

Директор  Теплоухов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./

ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

День 3

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 Н/Б	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
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
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(1-Й ВАРИАНТ).	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12
Итого по подменю:			13,00	14,17	56,88	408,24	0,23	0,33	3,87	91,0	321,39	306,45	58,83	1,72

**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**

79 СБ 2012Г	САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ.	30	0,49	1,58	3,43	29,97	0,03	0,02	5,06		6,99	14,48	6,73	0,25
165 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(МИНТАЙ)	180	8,59	4,13	14,77	130,62	0,15	0,13	18,26	28,2	32,49	159,67	44,93	1,29
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ..	50/30	13,63	11,99	4,97	182,31	0,23	1,63	24,30	6052,5	30,87	243,04	15,21	5,20
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,6	16,41	38,62	6,97	0,72
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА..	150	0,35	0,08	21,05	86,25	0,02	0,01			12,34	19,35	6,30	0,48
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			30,74	23,09	91,47	698,75	0,55	1,83	47,62	6102,3	108,39	512,54	88,69	8,87

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	СНЕЖОК,	180	4,86	1,80	1,26	124,20	0,05	0,23	2,88		196,20	153,00	23,40	0,18
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	1ШТ	0,85	1,13	6,97	41,45	0,01	0,01		6,5	4,50	8,70	15,80	0,10

Итого по подменю:

5,71 2,93 8,23 165,65 0,06 0,24 2,88 6,5 200,70 161,70 39,20 0,28

**УЖИН**

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.	50	0,69	5,04	4,02	64,20	0,01	0,02	4,52			17,01	19,65	9,96	0,63
417 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ*,	180	16,09	18,49	16,72	297,68	0,12	0,08	19,48			16,89	66,21	28,47	1,02
506 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:			18,42	23,66	41,10	452,19	0,16	0,11	26,88	49,68	117,97	48,32	3,05		
Итого за день: 0,00 руб.			67,87	63,85	220,68	1816,83	1,01	2,52	83,25	6199,8	687,16	1105,66	239,04	15,32	

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	30,95	30,15	28,02	29,16
Второй завтрак (5 %)	73,19	49,13	11,33	6,57
Обед (35 %)	13,60	6,23	45,06	49,91
Полдник (15 %)	43,86	50,34	4,05	11,83
Ужин (20 %)	161,60	135,85	20,25	32,30
Итого за день (85 - 105 %)	161,60	135,85	108,71	129,77

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

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

Калькулятор Саморханова И.С.



ООО "Ника"

Примерное Меню (1-3 года)

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>														
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	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
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ),	180	3,27	2,66	22,56	127,83	0,04	0,14	1,17	18,0	112,00	98,69	24,08	0,74
Итого по подменю:			9,16	8,44	63,30	366,91	0,11	0,30	2,36	50,5	228,18	228,27	51,31	1,44

**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**

120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ	40												
157 СБ 2012Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.	180	1,57	2,75	8,08	63,41	0,06	0,05	17,71	18,0	25,35	41,31	16,68	0,58
348 СБ 2012Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.,	70	12,88	7,79	4,17	138,32	0,09	0,16	0,40	53,0	44,37	193,82	37,91	1,02
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,	110	2,35	4,91	15,89	117,26	0,12	0,10	18,70	23,3	33,18	70,54	23,74	0,88
519 СБ 2012	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,25	0,10	21,41	89,19	0,01	0,01	48,00		11,49	12,54	7,44	0,36
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:			18,63	15,67	58,47	452,42	0,31	0,33	84,81	94,3	119,68	342,59	91,52	3,55

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	75,15	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.,	50	4,79	1,98	24,49	134,89	0,04	0,04	0,01	16,7	9,19	30,55	4,19	0,40
Итого по подменю:			9,14	5,73	30,49	210,04	0,10	0,30	1,06	46,7	189,19	165,55	25,19	0,55

**УЖИН**

6 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,69	6,05	5,44	78,93	0,03	0,04	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38
---------------	------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

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		
330 СБ 2012Г	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ,*	110/20	25,14	5,61	33,80	286,29	0,08	0,30	0,40	37,3	187,72	243,53	33,13	0,63		
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)	180	1,31	1,13	11,20	60,47	0,02	0,07	0,68	9,0	63,09	47,93	10,26	0,81		
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:			29,63	13,21	66,16	502,19	0,16	0,42	3,72	46,3	270,82	340,12	67,35	2,18		
Итого за день: 0,00 руб.			68,54	43,49	236,24	1614,72	0,77	1,42	223,95	237,9	882,67	1127,13	263,97	8,38		

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	21,81	17,96	28,97	24,92
Второй завтрак (5 %)	4,71	0,94	8,78	5,94
Обед (35 %)	44,36	33,23	28,81	32,30
Полдник (15 %)	21,76	12,19	15,02	15,00
Ужин (20 %)	70,55	28,11	32,59	35,87
Итого за день (85 - 105 %)	163,19	92,43	114,17	114,04

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,4

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

Калькулятор И.С. Саморханова /И.С./

ООО "Ника"

День 5

Примерное Меню (1-3 года)

N 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

**ЗАВТРАК**

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
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.	170	6,15	7,63	25,27	195,11	0,16	0,18	1,30	37,0	137,62	177,93	47,96	1,08
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(2-й ВАРИАНТ)*	160	1,16	1,01	13,90	69,62	0,02	0,06	0,52	8,0	48,36	36,00	5,60	0,08
Итого по подменю:			9,00	13,05	49,69	353,12	0,20	0,25	1,82	65,0	190,98	228,43	56,16	1,41

**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**

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,37	37,16	8,62	374,41	0,04	0,04	13,97	10,8	30,50	36,44	14,79	0,77
374 СБ 2012Г	МЯСО ТУШЕНОЕ,*	30/30	9,49	11,37	1,34	145,47	0,04	0,08	1,16		6,48	98,37	13,28	1,43
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
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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			16,37	54,26	49,42	752,47	0,31	0,24	22,60	43,8	64,54	295,09	123,22	6,56

**ПОЛДНИК**

529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ,	160	4,64	4,00	7,68	86,40	0,06	0,24	2,08	32,0	192,00	144,00	22,40	0,16
556 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	40	2,22	1,62	24,39	120,97	0,04	0,02	0,08	5,1	7,75	22,43	4,46	0,50
Итого по подменю:			6,86	5,62	32,07	207,37	0,10	0,26	2,16	37,1	199,75	166,43	26,86	0,66

**УЖИН**

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

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	
71 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ.	30	0,59	3,04	1,94	37,46	0,02	0,02	2,04			6,94	16,74	8,90	0,20
355 СБ 2012Г	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ.,	60	7,29	3,45	6,13	85,32	0,06	0,08	2,31	23,6		36,10	115,03	25,10	0,58
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,*	110	2,59	4,28	11,04	93,04	0,05	0,06	57,51	20,0		65,11	46,72	23,23	0,90
457 СБ 2018Г	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:			13,94	11,37	45,11	341,18	0,18	0,19	61,94	49,6	133,70	228,18	69,82	3,37	
Итого за день: 0,00 руб.			46,17	84,30	199,29	1746,14	0,80	0,95	90,52	195,6	595,97	925,13	280,06	13,40	

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

СанПИН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20%)	21,43	27,77	24,48	25,22
Второй завтрак (5%)			11,33	6,57
Обед (35%)	39,26	42,77	24,65	32,01
Полдник (15%)	16,33	11,96	15,80	14,81
Ужин (20%)	33,50	24,15	22,59	24,60
Итого за день (85 - 105%)	110,52	106,64	98,84	103,22

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

День 6

Примерное Меню (1-3 года)

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 НА БАТОНЕ	20/8	3,71	2,37	10,48	77,98	0,03	0,04	0,06	18,4	75,80	60,20	6,60	0,31
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,74	4,97	27,16	176,90	0,12	0,15	1,07	28,5	128,61	189,82	28,33	0,71
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:			10,76	8,47	53,33	333,32	0,17	0,26	1,81	55,9	267,64	297,95	45,19	1,84

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

59 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ,	40	0,43	4,08	2,21	47,27	0,01	0,01	7,64		12,22	8,08	4,68	0,48
174 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ..	180/10	4,96	5,04	25,05	166,66	0,14	0,16	15,40	27,0	88,43	114,85	29,53	0,96
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,*	50	9,76	9,13	7,81	152,87	0,04	0,09	0,15	16,3	22,25	98,79	12,51	4,57
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
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
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:			21,20	22,96	86,74	641,14	0,28	0,30	23,49	63,1	160,25	293,08	63,37	8,30

ПОЛДНИК

530 СБ 2012Г	СНЕЖОК,	180	4,86	1,80	1,26	124,20	0,05	0,23	2,88		196,20	153,00	23,40	0,18
602 СБ 2012Г	ВАФЛИ	1 ШТ	0,70	0,83	19,33	87,53	0,01	0,01		0,5	4,00	14,00	2,50	0,38
Итого по подменю:			5,56	2,63	20,59	211,73	0,06	0,24	2,88	0,5	200,20	167,00	25,90	0,56

УЖИН

69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ,*	30	0,42	3,03	2,44	38,64	0,01	0,01	2,72		10,35	11,87	6,00	0,38
----------------	------------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	------	------

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
397 СБ 2012Г	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	70/30	17,36	11,08	10,35	211,05	0,27	1,79	25,25	6144,2	107,88	325,05	25,51	5,70
144 СБ 2016Г	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ,	110	2,45	8,02	17,73	152,91	0,13	0,09	20,82	18,7	21,52	69,23	25,01	0,98
457 СБ 2018Г	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
Итого по подменю:			21,81	22,33	47,58	479,94	0,43	1,90	48,87	6162,9	151,33	425,34	62,62	7,92
Итого за день: 0,00 руб.			59,85	56,91	220,98	1723,85	0,97	2,72	87,05	6282,4	795,42	1194,37	206,08	20,82

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	25,62	18,02	26,27	23,81
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	50,48	48,85	42,73	45,81
Полдник (15 %)	13,24	5,60	10,14	15,12
Ужин (20 %)	52,10	47,53	23,63	34,43
Итого за день (85 - 105 %)	142,67	121,11	109,04	123,30

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,7

Директор  /Теплохов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор  \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./

День 7

Примерное Меню (1-3 года)

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**

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
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).	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12
Итого по подменю:			9,49	12,51	54,35	369,14	0,11	0,27	2,09	65,9	204,87	178,59	29,06	0,70

**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*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,54	3,03	6,88	60,95	0,05	0,05	23,03	10,8	35,98	39,25	16,98	0,60
378 СБ 2012Г	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ*.	50/40	16,52	11,54	3,65	184,56	0,02	0,01	2,70	18,0	5,77	12,72	3,78	0,21
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.*.	130	2,78	5,79	18,78	138,51	0,14	0,11	22,09	27,5	35,74	82,66	27,85	1,01
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	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			22,86	20,64	53,03	490,65	0,26	0,20	52,32	56,3	94,82	169,51	61,26	3,40

**ПОЛДНИК**

530 СБ 2012Г	КЕФИР..	190	5,51	4,75	7,60	95,19	0,08	0,32	1,33	38,0	228,00	171,00	26,60	0,19
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ СУХОЕ..	ШТ	0,85	1,13	6,97	41,45	0,01	0,01		6,5	4,10	8,70	1,50	0,10
Итого по подменю:			6,36	5,88	14,57	136,64	0,09	0,33	1,33	44,5	232,10	179,70	28,10	0,29

**УЖИН**

6 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,69	6,05	5,44	78,93	0,03	0,04	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38
---------------	------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	С	В2	В1	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
															К	В1
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ СО СГУЩ.МОЛОКОМ	110/30	22,71	6,67	43,56	325,09	0,47	0,09	0,31	56,6	210,90	257,79	37,31	1,00		
506 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	0,01	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	0,01	0,03	0,01		5,29	24,38	5,75	0,71		
Итого по подменю:			26,62	13,05	78,88	541,53	0,17	0,37	5,99	56,6	244,99	332,06	70,06	3,00		
Итого за день: 0,00 руб.			66,37	52,34	210,58	1583,46	0,68	1,19	92,13	223,4	804,78	873,46	197,28	7,47		

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	22,60	26,62	26,77	26,37
Второй завтрак (5 %)	2,48	0,55	4,80	3,25
Обед (35 %)	54,43	43,91	26,11	35,05
Полдник (15 %)	15,14	12,51	7,18	9,76
Ужин (20 %)	58,24	22,34	30,58	31,62
Итого за день (85 - 105 %)	152,88	105,94	95,45	106,05

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

Директор Л.С. Теплухов А.П. Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор \_\_\_\_\_

/Саморханова И.С./



ООО "Ника"

День 8

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>														
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)	150	5,49	5,29	27,90	181,70	0,12	0,15	0,98	29,8	105,21	147,36	28,63	1,43
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(1-й ВАРИАНТ).	170	2,47	2,13	16,80	96,92	0,03	0,13	1,11	17,0	102,38	76,50	11,90	0,12
Итого по подменю:			12,18	10,31	55,18	363,35	0,18	0,32	2,16	69,8	301,39	295,86	48,13	1,88

**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 ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	40	1,11	2,86	4,10	46,60	0,04	0,04	4,79	8,0	7,67	26,46	9,83	0,36
146 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ,	180	1,82	3,14	11,05	79,81	0,08	0,06	19,62	10,8	26,73	51,52	21,05	0,77
360 СБ 2012Г	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ, СОУС БЕЛЫЙ	60/30	8,15	6,57	9,00	128,08	0,07	0,07	1,17	20,8	26,78	118,13	25,35	0,68
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ.	110	4,29	5,75	21,66	155,54	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:			18,61	18,59	80,62	566,96	0,38	0,23	29,48	57,6	107,99	349,50	112,34	4,07

**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
587 СБ 2012Г	ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	3,62	2,65	29,79	157,49	0,06	0,03	0,05	5,2	9,97	34,62	6,24	0,58
Итого по подменю:			8,84	7,15	38,43	254,69	0,13	0,30	2,39	41,2	225,97	196,62	31,44	0,76

**УЖИН**

475 СБ 2012	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ,	40	0,97	4,04	5,62	62,69	0,03	0,03	7,80		10,46	23,20	13,16	0,47
----------------	----------------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	--	-------	-------	-------	------

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	B2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
420 СБ 2012Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР,	50	3,51	4,58	21,39	141,08	0,14	0,12	20,01	6,6	50,38	91,28	28,02	0,98
439 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ*	110	1,09	0,94	9,34	50,39	0,02	0,06	0,56	7,5	52,58	39,94	8,55	0,68
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)	150	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	18,74	16,83	67,97	502,56	0,29	0,32	29,25	41,8	149,96	275,42	68,78	3,79
<b>Итого за день: 0,00 руб.</b>			58,37	52,88	265,20	1779,56	0,99	1,18	65,28	210,5	792,31	1124,40	264,69	11,90

Итого по подмену:

Итого за день: 0,00 руб. 58,37 52,88 265,20 1779,56 0,99 1,18 65,28 210,5 792,31 1124,40 264,69 11,90

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	29,00	21,94	27,18	25,95
Второй завтрак (5 %)	44,33	39,57	11,33	6,57
Обед (35 %)	21,05	15,21	39,72	40,55
Полдник (15 %)	44,19	35,77	18,93	18,19
Ужин (20 %)	138,57	112,49	33,00	35,56
<b>Итого за день (85 - 105 %)</b>	<b>138,57</b>	<b>112,49</b>	<b>130,17</b>	<b>126,82</b>

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

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

Калькулятор  /Саморханова И.С./

ООО "Ника"

День 9

Примерное Меню (1-3 года)

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

**ЗАВТРАК**

109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04	4,92	13,72	3,16	0,34	
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.	170	6,15	7,63	25,27	195,11	0,16	0,18	1,30	137,62	177,93	47,96	1,08	
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ.(2018)	180	3,14	2,58	13,53	90,53	0,04	0,14	1,17	111,09	95,41	21,95	0,60	
Итого по подменю:			10,98	10,49	54,48	357,57	0,22	0,33	2,51	55,0	253,63	287,06	73,07	2,02

**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**

71 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕН.ГОРОШКОМ	40	0,78	4,05	2,56	49,81	0,03	0,02	2,70	9,14	22,10	11,72	0,27	
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК..	180	1,63	1,95	12,36	73,55	0,06	0,05	13,09	41,64	52,04	23,02	1,19	
399 СБ 2012Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.*	60	9,30	5,88	5,35	111,97	0,04	0,07	1,98	19,23	97,54	13,54	1,44	
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.*	110	2,59	4,28	11,04	93,04	0,05	0,06	57,51	65,11	46,72	23,23	0,90	
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79	0,02	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:			17,79	16,50	66,09	486,60	0,23	0,23	75,58	39,2	161,29	267,33	84,56	5,65

**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	25,20	0,18
602 СБ 2012Г	ВАФЛИ ,	ШТ	0,63	0,74	17,39	78,77	0,01	0,01		0,4	3,60	12,60	2,25	0,34
Итого по подменю:			5,85	7,94	24,59	193,25	0,05	0,24	0,54	54,4	226,80	178,20	27,45	0,52

**УЖИН**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		B1	B2	С	А, мкг	Са	P	Mg	Fe
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	шт	16,77	8,21	36,49	287,09	0,06	0,24	0,59	32,5	166,43	187,33	25,90	0,47
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО СГУЩ.МОЛОКОМ	110/20	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90		13,05	9,79	5,24	0,91
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20												
Итого по подменю:			18,72	8,62	60,68	396,42	0,09	0,26	3,49	38,5	193,45	227,62	37,63	2,21
Итого за день: 0,00 руб.			53,86	44,07	218,58	1491,56	0,62	1,08	92,12	187,2	851,17	971,21	231,71	12,60

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	26,14	22,32	26,84	25,54
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	42,86	36,77	32,81	35,49
Полдник (15 %)	13,76	16,72	11,16	13,18
Ужин (20 %)	45,19	18,38	30,57	28,88
Итого за день (85 - 105 %)	129,19	95,30	107,66	107,22

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,0

Директор  Теплоухов А.П./

Зав. производством \_\_\_\_\_ //

Калькулятор 

/Саморханова И.С./

ООО "Ника"

День 10

Примерное Меню (1-3 года)

N рецеп.	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
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	38,22	1,17
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,64	78,32	0,02	0,07	0,59	9,0	54,41	40,50	6,30	0,09
Итого по подменю:			10,04	26,35	57,04	506,26	0,21	0,29	1,78	147,0	187,69	226,84	47,12	1,51

**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**

121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	6,66	6,64	12,35	135,73	0,08	0,12	13,29	10,8	29,21	128,26	34,42	0,94
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	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
212 СБ 2012Г	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ.	150	3,96	11,38	14,07	174,93	0,10	0,16	22,18	58,5	101,10	109,74	36,28	0,88
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
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:			23,87	26,16	65,68	596,77	0,31	0,41	41,06	90,2	187,40	379,96	98,84	4,41

**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
572 СБ 2012Г	БУЛОЧКА "АЛТАЙСКАЯ"	50	4,44	0,63	27,34	132,85	0,07	0,03		2,2	9,23	39,17	6,90	0,53
Итого по подменю:			9,66	5,13	34,54	223,03	0,14	0,34	1,26	38,2	225,23	201,17	32,10	0,71

**УЖИН**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	B2	С	А, мкг	Са	P	Mg	Fe	
															0,46
6 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ,	40	10,97	9,19	30,67	249,26	0,31	1,02	45,04	3396,0	31,95	227,52	44,54	4,39	
308 СБ 2016 Г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУСОМ	160/30				54,14			0,09		9,23	7,43	3,96	0,78	
505 СБ 2012Г	ЧАЙ С САХАРОМ.	180	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71	
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	14,59	13,46	65,67	444,50	0,36	1,06	46,89	3396,0	56,01	278,77	67,63	6,13	
<b>Итого по подменю:</b>			58,16	71,10	245,93	1862,56	1,03	2,11	92,99	3671,5	663,33	1093,74	249,69	14,16	
<b>Итого за день: 0,00 руб.</b>															

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

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	23,90	56,06	28,09	36,16
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	60,05	55,89	35,87	45,23
Полдник (15 %)	23,12	10,94	17,15	16,02
Ужин (20 %)	34,74	28,64	32,35	31,75
<b>Итого за день (85 - 105 %)</b>	<b>141,81</b>	<b>151,53</b>	<b>124,79</b>	<b>135,73</b>

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:4,3**

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

Калькулятор С.А. / 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
------------------------------	-------------------	-------

День 1

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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

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

КРУПА МАННАЯ	0,0150	0,015
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
ВОДА	0,0525	0,053
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0037	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0037	0,004
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

Выход: 170, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1020	0,102
ВЫХОД:	0,1700	0,170

2-ОЙ ЗАВТРАК

**СОК ПОРЦ..**

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

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

ОБЕД

**САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.**

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

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0160	0,016
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0080	0,008
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВОДА	0,0020	0,002
ВЫХОД:	0,0400	0,040

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ  
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0100 0,010

**СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ\***

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 ВС	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: БУЛЬОН МЯСНОЙ

ГОВЯДИНА Б/К	0,0338	0,034
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0011	0,001
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВОДА	0,1688	0,169
ВЫХОД:	0,1350	0,135
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0011	0,001

Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА

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

ВЫХОД: 0,0100 0,010  
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0158 0,016

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ  
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,0162 0,016

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ  
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0216 0,022

**КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,\***

Выход: 50, N рец.: 391 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0172	0,017
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0258	0,026
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0095	0,010
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0055	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0115	0,012
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0625	0,063
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0035	0,004
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0500	0,050

**РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ,.**

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

РИС ОБРАБ.ПАРОМ	0,0323	0,032
ВОДА	0,0682	0,068
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 01.09-31.12 20% 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: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00  
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ) 0,0200 0,020

ПОЛДНИК

**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,.**

Выход: 170, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00  
ЙОГУРТ 2,5% 0,1700 0,170

**БАРАНКИ**

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

УЖИН

**ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ,.**

Выход: 50, N рец.: 133 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННОЙ	0,0375	0,038
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0056	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0383	0,038
<b>СУФЛЕ РЫБНОЕ,,</b>		
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 ВС	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
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВЫХОД:	0,0500	0,050
<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО 2,5%	0,0175	0,018
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0014	0,001
ВЫХОД:	0,0175	0,018
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0014	0,001

#### **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ,**

Выход: 130, N рец.: 210 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0260	0,026
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0104	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0052	0,005
МАССА ГОТОВОГО РАГУ	0,1300	0,130
ВЫХОД:	0,1300	0,130

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0624	0,062

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0208	0,021

<b>Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0010	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001
ВОДА	0,0215	0,021
СМЕТАНА 15%	0,0195	0,020
ВЫХОД:	0,0390	0,039

#### **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

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
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

#### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

### **День 2**

#### **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 "ДРУЖБА"**

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

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0070	0,007
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
ВЫХОД:	0,1800	0,180
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### **2-ОЙ ЗАВТРАК**

##### **ЯБЛОКИ,.**

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

#### **ОБЕД**

##### **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

##### **ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ\***

Выход: 40, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

##### **СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ,\***

Выход: 25/180, N рец.: 163 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0008	0,001
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0001	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0001	
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1260	0,126
ЗЕЛЕНЬ	0,0001	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,2050	0,205

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0720	0,072

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0007	0,001

<b>Вх. рецепт: ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ</b>		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0029	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0003	
ЯЙЦА	0,0002	
ВОДА	0,0003	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,0025	0,003

##### **БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\***

Выход: 50, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0370	0,037
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0092	0,009
МОЛОКО 2,5%	0,0128	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0570	0,057
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0500	0,050

##### **КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.\***

Выход: 110, N рец.: 435 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1155	0,116
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	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



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

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**  
 МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0044 0,004

**КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)**

**Выход: 180, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00**  
 СУХОФРУКТЫ 0,0180 0,018  
 МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ 0,0216 0,022  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0090 0,009  
 ВОДА 0,1824 0,182  
**ВЫХОД:** 0,1800 0,180

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

**ПОЛДНИК**

**МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.**

**Выход: 180, № рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 МОЛОКО 2,5% 0,1800 0,180  
**ВЫХОД:** 0,1800 0,180

**БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ.**

**Выход: 40, № рец.: 578 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 МУКА НА ПОДПЫЛ 0,0013 0,001  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0047 0,005  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0013 0,001  
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0060 0,006  
 ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ 0,0008 0,001  
 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,0003 0,000  
 ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ) 0,0007 0,001  
 ВОДА 0,0113 0,011  
 МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,0480 0,048  
**ВЫХОД:** 0,0400 0,040  
 ВЛАЖНОСТЬ: % 34,0000 34,000  
 МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС 0,0260 0,026

**УЖИН**

**САЛАТ ИЗ МОРКОВИ**

**Выход: 60, № рец.: 6 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0060 0,006  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0018 0,002  
**ВЫХОД:** 0,0600 0,060

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**  
 МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0528 0,053

**ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ СО СГУЩ.МОЛОКОМ**

**Выход: 110/30, № рец.: 327 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 ТВОРОГ 0,0829 0,083  
 КРУПА МАННАЯ 0,0081 0,008  
 ЯЙЦА 0,0095 0,010  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0110 0,011  
 ИЗЮМ 0,0110 0,011  
 ВАНИЛИН 0,0001 0,000  
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ 0,0029 0,003  
 МАССА ПОЛУФАБРИКАТА 0,1225 0,123  
 МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА 0,1100 0,110  
**ВЫХОД:** 0,1467 0,147

**ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)**

**Выход: 180, № рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00**  
 ВОДА 0,1350 0,135  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0090 0,009  
**ВЫХОД:** 0,1800 0,180

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**  
 ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА 0,0009 0,001  
 ВОДА 0,0486 0,049  
**ВЫХОД:** 0,0450 0,045

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

**Выход: 20, № рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА 0,0200 0,020

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

**День 3**

**ЗАВТРАК**

**БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б**

**Выход: 20/10, № рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 СЫР ТВЕРДЫЙ 0,0100 0,010  
 БАТОН. 0,0200 0,020  
**ВЫХОД:** 0,0300 0,030

**КАША "ЯНТАРНАЯ" (ПШЕНО С ЯБЛОКАМИ)**

**Выход: 150, № 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

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

**Выход: 170, № рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,0017 0,002  
 МОЛОКО 2,5% 0,0850 0,085  
 САХАРНЫЙ ПЕСОК 0,0128 0,013  
 ВОДА 0,1020 0,102  
**ВЫХОД:** 0,1700 0,170

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

**СОК ПОРЦ..**

**Выход: 200, № рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ) 0,2000 0,200  
**ВЫХОД:** 0,2000 0,200

**ОБЕД**

**САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ.**

**Выход: 30, № рец.: 79 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО 0,0180 0,018  
 ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ 0,0033 0,003  
 ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 0,0039 0,004  
 МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ 0,0015 0,002  
**ВЫХОД:** 0,0300 0,030

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**  
 КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,0185 0,019

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ВАРЕНАЯ**  
 МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25% 0,0035 0,004

**СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(МИНТАЙ)**

**Выход: 180, № рец.: 165 СБ 2012Г, Порций: 1,00**  
 МИНТАЙ С/М БЛГ 0,0387 0,039  
 МАССА ОТВАРНОГО МИНТАЯ 0,0315 0,032  
 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0072 0,007  
 МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 0,0036 0,004  
**ВЫХОД:** 0,1800 0,180

**Вх. рецепт: БУЛЬОН РЫБНЫЙ**  
 ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ 0,0499 0,050  
 ВОДА 0,1729 0,173  
 ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ) 0,0011 0,001  
 ЯЙЦА 0,0040 0,004  
 ЛУК РЕПЧАТЫЙ 0,0033 0,003  
**ВЫХОД:** 0,1330 0,133

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**  
 КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,0814 0,081

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

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

**ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ..**

Выход: 50/30, N рец.: 408 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0735	0,074
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0064	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0030	0,003
МАССА ЖАРеной ПЕЧЕНИ	0,0500	0,050
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0800	0,080

**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

**МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Выход: 120, N рец.: 432 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0408	0,041
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1150	0,115
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0054	0,005
ВЫХОД:	0,1200	0,120
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002

**КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА..**

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

ИЗЮМ	0,0150	0,015
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0240	0,024
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0112	0,011
ВОДА	0,1515	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

**ПОЛДНИК**

**СНЕЖОК,**

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

СНЕЖОК НАПИТОК	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.**

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

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	0,0100	0,010
------------------	--------	-------

**УЖИН**

**САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.**

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

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

**Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

**РАГУ ИЗ ПТИЦЫ\*,**

Выход: 180, N рец.: 417 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГРУДКА КУРИНАЯ	0,0740	0,074
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0021	0,002
МАССА ЖАРеной ПТИЦЫ	0,0515	0,052
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0104	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0041	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0011	0,001
МАССА ГАРНИРА И СОУСА	0,1285	0,129
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0824	0,082
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0176 0,018

**ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

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

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

**День 4**

**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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)**

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

**КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ),,**

Выход: 180, N 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	0,0180	0,018
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

**АПЕЛЬСИНЫ**

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

АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	0,2200	0,220
------------------	--------	-------

**ОБЕД**

**ОГУРЧИК СВЕЖИЙ**

Выход: 40, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0400	0,040
---------------	--------	-------

**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%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,2250	0,225

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0351	0,035
---------------------------	--------	-------

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

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

### **РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.,**

Выход: 70, N рец.: 348 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0616	0,062
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0035	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0049	0,005
МАССА ЖАРеной РЫБЫ	0,0518	0,052
ЯЙЦА	0,0182	0,018
МОЛОКО 2,5%	0,0070	0,007
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
МАССА ОМЛЕТА	0,0238	0,024
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0735	0,074
ВЫХОД:	0,0700	0,070

### **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,**

Выход: 110, N рец.: 441 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0165	0,017
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,1100	0,110

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0924	0,092
---------------------------	--------	-------

### **КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ**

Выход: 200, N рец.: 519 СБ 2012, Порций: 1,00

СМОРОДИНА С/М	0,0240	0,024
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,015
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0060	0,006
ВОДА	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,2000	0,200

### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

### ПОЛДНИК

#### **КЕФИР**

Выход: 150, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КЕФИР 2,5%	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### **ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ.,**

Выход: 50, N рец.: 566 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0309	0,031
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0008	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0022	0,002
ЯЙЦА	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
ВОДА	0,0150	0,015
МАССА ТЕСТА	0,0509	0,051
ЯЙЦА	0,0084	0,008
СМЕТАНА 15%	0,0031	0,003
МАССА ЯИЧНО-СМЕТАННОЙ СМЕСИ	0,0114	0,011
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0609	0,061
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0004	
ВЫХОД:	0,0500	0,050

### УЖИН

#### **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ**

Выход: 60, N рец.: 6 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
ВЫХОД:	0,0600	0,060

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0528	0,053
--------------------------------	--------	-------

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

Выход: 110/20, N рец.: 330 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0990	0,099
--------	--------	-------

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

ЯЙЦА	0,0037	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0100	0,010
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0133	0,013
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1240	0,124
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0033	0,003
МАССА ГОТОВЫХ СЫРНИКОВ	0,1100	0,110
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0200	0,020
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,1300	0,130

### **ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)**

Выход: 180, N 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

### **БАТОН**

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

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

### День 5

#### 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 ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.**

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

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

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

Выход: 160, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0016	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0400	0,040
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0120	0,012
ВОДА	0,1360	0,136
ВЫХОД:	0,1600	0,160

#### 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 СОЛЕННЫЙ\***

Выход: 40, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

#### **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.**

Выход: 180, N рец.: 142 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0144	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0360	0,036
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0022	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ.	0,1440	0,144

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
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 01.09-31.10 25%	0,0144	0,014
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0090	0,009
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0288	0,029

<b>МЯСО ТУШЕНОЕ,*</b>		
Выход: 30/30, N рец.: 374 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0497	0,050
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0026	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0034	0,003
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0017	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В\С	0,0009	0,001
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0300	0,030
МАССА МЯСА С СОУСОМ	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0026	0,003

<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ..</b>		
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

<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b>		
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

<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: 160, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,1600	0,160
ВЫХОД:	0,1600	0,160

<b>ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.</b>		
Выход: 40, N рец.: 556 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0006	0,001
ПОВИДЛО	0,0167	0,017
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0006	0,001
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,0400	0,040
<b>Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ</b>		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В\С	0,0162	0,016
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0017	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0011	0,001
ЯЙЦА	0,0011	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0006	0,001
ВОДА	0,0083	0,008
ВЫХОД:	0,0287	0,029
ВЛАЖНОСТЬ: %	0,9471	0,947

#### УЖИН

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

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ.</b>		
Выход: 30, N рец.: 71 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0153	0,015
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0300	0,030
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0168	0,017

<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
ЗЕЛЕНЬ	0,0008	0,001
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 01.09-31.12 20%	0,0060	0,006

<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
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0044	0,004

<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
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

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

#### День 6

##### ЗАВТРАК

<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ</b>		
Выход: 20/8, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0080	0,008
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0280	0,028

<b>КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ</b>		
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

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	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
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**

##### **ЯБЛОКИ.**

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

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

#### **ОБЕД**

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

Выход: 40, N рец.: 59 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0200	0,020
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0164	0,016
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0400	0,040

##### **СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ..**

Выход: 180/10, N рец.: 174 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0036	0,004
МОЛОКО 2,5%	0,0630	0,063
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0036	0,004
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,0990	0,099
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА

ВЫХОД:	0,0100	0,010
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0158	0,016

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0720	0,072
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0036	0,004
--------------------------------	--------	-------

##### **КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,\***

Выход: 50, N рец.: 391 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА (КОТЛЕТНОЕ МЯСО)	0,0172	0,017
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0258	0,026
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0095	0,010
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0055	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0115	0,012
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0625	0,063
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0035	0,004
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0500	0,050

##### **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 СУХОФРУКТОВ (2018)**

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
ВЫХОД:	0,1500	0,150

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

#### **ПОЛДНИК**

##### **СНЕЖОК,**

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

СНЕЖОК НАПИТОК	0,1800	0,180
ВЫХОД:	0,1800	0,180

##### **ВАФЛИ**

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

ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ	0,0250	0,025
---------------	--------	-------

#### **УЖИН**

##### **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ,\***

Выход: 30, N рец.: 69 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧЕСНОК	0,0002	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0300	0,030

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0270	0,027
-------------------------------	--------	-------

##### **СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ**

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

ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0740	0,074
МАССА ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ	0,0500	0,050
ЯЙЦА	0,0140	0,014
МОЛОКО 2,5%	0,0170	0,017
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0013	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0013	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0790	0,079
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0020	0,002
МАССА ГОТОВОГО СУФЛЕ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,1000	0,100

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

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

Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ

МОЛОКО 2,5%		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
ВЫХОД:	0,1000	0,100
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС		

##### **КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ.,**

Выход: 110, N рец.: 144 СБ 2016Г, Порций: 1,00

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0055	0,006
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,1012	0,101
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0055	0,006
--------------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0006	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0006	0,001
ВОДА	0,0121	0,012
СМЕТАНА 15%	0,0110	0,011
ВЫХОД:	0,0220	0,022

##### **ЧАЙ С САХАРОМ,(2018)**

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

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

## **День 7**

### **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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ).**

Выход: 170, N рец.: 277 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА МАННАЯ	0,0262	0,026
МОЛОКО 2,5%	0,0901	0,090
ВОДА	0,0595	0,060
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(1-Й ВАРИАНТ).**

Выход: 170, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1020	0,102
ВЫХОД:	0,1700	0,170

### **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: 40, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

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

Выход: 180, N рец.: 156 сб 2012г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0360	0,036
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0007	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0216	0,022
---------------------------	--------	-------

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

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

#### **ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ\*.**

Выход: 50/40, N рец.: 378 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА З/Т	0,0793	0,079
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0112	0,011
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0035	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С	0,0029	0,003
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0500	0,050

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА СОУСА	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0900	0,090

### **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 01.09-31.10 25%	0,1092	0,109
---------------------------	--------	-------

### **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 РЖАНОЙ**

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

### **ПОЛДНИК**

#### **КЕФИР.,**

Выход: 190, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,1900	0,190
ВЫХОД:	0,1900	0,190

### **ПЕЧЕНЬЕ СУХОЕ..**

Выход: ШТ, N рец.: 604 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬЕ СУХОЕ	0,0100	0,010

### **УЖИН**

#### **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ**

Выход: 60, N рец.: 6 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
ВЫХОД:	0,0600	0,060

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0528	0,053
--------------------------------	--------	-------

### **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ СО СГУЩ.МОЛОКОМ**

Выход: 110/30, N рец.: 327 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,0829	0,083
КРУПА МАННАЯ	0,0081	0,008
ЯЙЦА	0,0095	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0110	0,011
ИЗЮМ	0,0110	0,011
ВАНИЛИН	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0029	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1225	0,123
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1100	0,110
ВЫХОД:	0,1467	0,147

### **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

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

### **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 8

#### ЗАВТРАК

##### БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 20/10, № 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, № 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: 170, № рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0017	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0850	0,085
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0128	0,013
ВОДА	0,1020	0,102
ВЫХОД:	0,1700	0,170

#### 2-ОЙ ЗАВТРАК

##### СОК ПОРЦ..

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

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

#### ОБЕД

##### САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Выход: 40, № рец.: 82 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ВАРЕНОГО ОЧИЩЕННОГО	0,0180	0,018
МАССА ВАРеной ОЧИЩЕННОЙ	0,0100	0,010
ЗЕЛЕНый 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 01.03-31.08 41,86 0,0180 0,018

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

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20% 0,0102 0,010

##### РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ,

Выход: 180, № рец.: 146 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0144	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0072	0,007
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0108	0,011
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
ВОДА	0,1260	0,126
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1260	0,126
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0072	0,007
ВЫХОД:	0,1800	0,180

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

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25% 0,0540 0,054

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

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

##### ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ, СОУС БЕЛЫЙ

Выход: 60/30, № рец.: 360 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0386	0,039
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0080	0,008
ВОДА	0,0120	0,012

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ЯЙЦА	0,0034	0,003
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0048	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0710	0,071
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0043	0,004
МАССА ТУШЕННЫХ ТЕФТЕЛЕЙ	0,0600	0,060
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0900	0,090

##### Вх. рецепт: СОУС БЕЛЫЙ (ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ РЫБЫ)

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0015	0,002
ВЫХОД:	0,0300	0,030
ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ	0,0124	0,012
ВОДА	0,0429	0,043
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0003	
ЯЙЦА	0,0010	0,001
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0008	0,001
ВЫХОД:	0,0330	0,033

##### РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ..

Выход: 110, № рец.: 334 СБ 2016 Г, Порций: 1,00

РИС ОБРАБ.ПАРОМ	0,0323	0,032
ВОДА	0,0682	0,068
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 01.09-31.12 20% 0,0110 0,011

##### КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)

Выход: 150, № 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, № рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ) 0,0400 0,040

#### ПОЛДНИК

##### МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.

Выход: 180, № рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

##### ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА

Выход: 50, № рец.: 587 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0012	0,001
ПОВИДЛО	0,0094	0,009
САХАРНАЯ ПУДРА	0,0019	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0500	0,050

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

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0283	0,028
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ЯЙЦА	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0010	0,001
ВОДА	0,0145	0,015
ВЫХОД:	0,0500	0,050
ВЛАЖНОСТЬ: %	1,6500	1,650

#### УЖИН

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

**МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ,**

Выход: 40, N рец.: 475 СБ 2012, Порций: 1,00

**Вх. рецепт: МАРИНАД ОВОЩНОЙ\***

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0020	0,002
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0004	
САХАР-ПЕСОК	0,0014	0,001
ВОДА	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0400	0,040
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0140	0,014

**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

**КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ\***

Выход: 110, N рец.: 439 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0330	0,033
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0033	0,003
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0055	0,006
ВЫХОД:	0,1100	0,110

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0979	0,098
---------------------------	--------	-------

**ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)**

Выход: 150, N 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

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0008	0,001
ВОДА	0,0405	0,041
ВЫХОД:	0,0375	0,038

**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
-----------------------------	--------	-------

**День 9**
**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 ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.**

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

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

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

**КАКАО С МОЛОКОМ.(2018)**

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**
**ЯБЛОКИ,.**

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

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

**ОБЕД**
**САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕН.ГОРОШКОМ**

Выход: 40, N рец.: 71 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0210	0,021
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0160	0,016
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ВЫХОД:	0,0400	0,040

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0220	0,022
--------------------------------	--------	-------

**СВЕКОЛЬНИК..**

Выход: 180, N рец.: 145 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0018	0,002
БУЛЬОН МЯСНОЙ.	0,1440	0,144
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0009	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0018	0,002
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0036	0,004
ВЫХОД:	0,1800	0,180

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

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

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

**Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

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

**ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.\***

Выход: 60, N рец.: 399 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА Б/К	0,0420	0,042
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0078	0,008
ВОДА	0,0120	0,012
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0013	0,001
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0198	0,020
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0108	0,011
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0714	0,071
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0007	0,001
МАССА ГОТОВЫХ ТЕФТЕЛЕЙ	0,0600	0,060

**КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.\***

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 ВС	0,0013	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0033	0,003
ВЫХОД:	0,1100	0,110

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0044	0,004
--------------------------------	--------	-------

**КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)**

Выход: 150, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СУХОФРУКТЫ	0,0150	0,015
------------	--------	-------



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0180	0,018
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0075	0,008
ВОДА	0,1520	0,152
ВЫХОД:	0,1500	0,150

### **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

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

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

### **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

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

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

### ПОЛДНИК

#### **РЯЖЕНКА..**

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

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

#### **ВАФЛИ ,**

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

ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ	0,0225	0,023
---------------	--------	-------

### 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 СО**

Выход: 110/20, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0594	0,059
КРУПА МАННАЯ	0,0066	0,007
САХАР-ПЕСОК	0,0154	0,015
ЯЙЦА	0,0044	0,004
МОЛОКО 2,5%	0,0198	0,020
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0044	0,004
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0044	0,004
СМЕТАНА 15%	0,0044	0,004
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1100	0,110
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,1300	0,130

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0198	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: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

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

### 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 БОЯРСКАЯ (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ).**

Выход: 150, N рец.: 276 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КРУПА ПШЕННАЯ	0,0285	0,029
МОЛОКО 2,5%	0,0915	0,092

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
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, N 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:	0,1800	0,180

### 2-ОЙ ЗАВТРАК

#### **СОК ПОРЦ..**

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

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

### ОБЕД

#### **ОГУРЧИК СОЛЕННЫЙ\***

Выход: 40, N рец.: 121 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

#### **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	0,0013	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1440	0,144
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
ВЫХОД:	0,1800	0,180

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

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

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

#### **БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ\*,**

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

#### **ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ.**

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

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

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 25%	0,0225	0,023
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0390	0,039
--------------------------------	--------	-------

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

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

#### **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК**

Выход: 150, N рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0300	0,030
---------------	--------	-------

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

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

#### **КЕФИР.**

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

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

#### **БУЛОЧКА "АЛТАЙСКАЯ"**

Выход: 50, N рец.: 572 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0380	0,038
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0010	0,001
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
МАССА ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	0,0038	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0020	0,002
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0009	0,001
ВОДА	0,0140	0,014
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0580	0,058
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0038	0,004
--------------------------------	--------	-------

### УЖИН

#### **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ,**

Выход: 40, N рец.: 6 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0012	0,001
ВЫХОД:	0,0400	0,040

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.09-31.12 20%	0,0352	0,035
--------------------------------	--------	-------

#### **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ С ТОМ.СОУСОМ**

Выход: 160/30, N 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 ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
МАССА П/ФАБРИКАТА	0,1880	0,188
МАССА ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ	0,1600	0,160
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,1900	0,190

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 41,86	0,1480	0,148
-----------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СОУС ТОМАТНЫЙ

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

#### **ЧАЙ С САХАРОМ.**

Выход: 180, N рец.: 505 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1350	0,135
------	--------	-------

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

САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ВЫХОД:	0,1800	0,180
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

#### **ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

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

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