

Общество с ограниченной ответственностью  
**КП «Вкус и Качество»**



«Согласовано»:

---

---

---

---

## Примерное двенадцатидневное меню

для организации питания детей от 7-10 лет  
на осенне-зимний период  
в образовательных учреждениях

«Утверждаю»

ООО КП «Вкус и Качество»  
Директор В.В. Якут



Январь 2022 года

#### Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации» 5-е издание, переработанное и дополненное. Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» Пермь 2013г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрава России. Пермь 2018г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрав России. Пермь 2021г.
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 2020г.
- «Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания» Скурихин И.М., Тутельян В.А. Москва 2007г.

## Пояснительная записка по составлению двадцатидневного меню для учащихся школ возрастной категории 7-10 лет.

В школе организовано для учащихся возрастной категории 7-10 лет трехразовое питание: завтрак, обед и полдник. Разработанное меню предусматривает 3-х разовое питание: завтрак, обед и полдник.

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии рассчитана из расчета: завтрак-20-25%, обед-30-35%, полдник-10-15% (общая за день – 60-75%).

Предлагаемые рационы питания позволяют выполнить главную функцию пищи – обеспечение растущего организма ребенка энергией, основными пищевыми веществами, витаминами и минеральными веществами.

Полный перечень блюд и калорийность выполняются при финансовом обеспечении.

При формировании основного горячего питания учащихся в представленном двенадцатидневном (десятидневном) меню отдается предпочтение традиционному способу приготовления блюд и пищевым продуктам с высокой пищевой ценностью, главным образом – продуктам, являющимся источником белка, полиненасыщенных жирных кислот, витаминов и других незаменимых пищевых веществ.

В качестве источника белка в составе рациона питания использованы мясо говядины, курицы, рекомендуемые виды рыбы, куриное яйцо. В качестве основного источника животных жиров в рацион введены натуральные мсленые и молочные продукты, включая сладко-сливочное масло, исключая крестьянское и топленое, масло с добавками.

При составлении договоров с поставщиками обращалось внимание на пищевую ценность белковых продуктов, предпочтение отдавалось поставщикам, обеспечивающим натуральными молоком, сметаной, сыром.

При приобретении мясных, рыбных продуктов предпочтение отдается полуфабрикатам, не содержащим консерванты.

В качестве источника витаминов и минеральных веществ в меню использованы плоды и овощи, фрукты, соки. При приобретении соков и напитков в промышленной упаковке предпочтение отдается витаминизированным сокам, нектарам с 50-100% содержанием соковых (сухих) веществ. Для повышения эффективности витаминизации рациона в меню включены витаминизированные паитки промышленного выпуска «Витощ», компоты, паитки и кисели из ягод.

В целях профилактики йододефицитных состояний учащихся используется йодированная соль. В качестве источника полиненасыщенных жирных кислот и жирорастворимых витаминов в меню введены растительные масла варафинированные.

Для расширения минерального состава пищи в меню включены овощные гарниры, салаты, поджаривровки с огурцами и помидорами, использованы изюм, сухофрукты, курага.

В рационах отсутствуют химические консерванты, ароматизаторы, красители и другие пищевые добавки.

Индивидуальное меню для детей, нуждающихся в диетическом питании отражены, как рационы ОВД и предоставляются по назначению лечащего врача.

Меню разработано для образовательных учреждений с пятидневной рабочей неделей (1,2,3,4,5,7,8,9,10,11 дни) и шестидневной рабочей неделей (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12 дни). Каждый день меню сбалансирован по белкам, жирам, углеводам и калорийности и соответствует требованиям СанПиН, как полноценный рацион питания.

Подразделение: Примерное меню 7-10 лет осевые-земный период 2022г.

Соль йодированная, гр.

Именное наименование группы пищевой продукции	Соль йодированная, гр.												Итого за период
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	
зетрак № 1	1,000	4,200	0,500	0,200	0,500	0,300	4,900	0,000	0,500	1,000	4,370	0,300	17,77
зетрак № 2	1,000	3,480	0,500	7,500	2,500	0,800	4,800	1,400	0,600	6,700	4,370	1,500	35,25
зетрак № 3/ ОБД	1,000	1,880	1,500	7,500	2,500	0,800	0,500	0,300	3,300	6,400	0,800	0,300	26,98
бюджет №1	2,280	8,700	2,300	5,400	7,600	2,800	1,100	3,200	2,100	2,200	7,600	3,300	48,58
бюджет №2/ ОБД	2,280	10,500	2,300	3,800	5,700	3,000	0,900	3,200	2,100	2,200	7,600	3,300	46,88
оладушки	0,460	0,400	0,600	0,500	0,230	0,400	0,400	0,400	0,600	0,600	0,250	0,400	5,36
зетрак №1+Обед №1+	3,740	13,300	3,400	6,200	8,350	3,500	6,400	3,600	3,200	3,800	12,220	4,000	71,71
зетрак №2+ Обед №1+	3,740	12,980	3,400	13,500	10,350	4,000	6,400	5,000	3,300	9,500	12,220	5,200	89,19
зетрак №3 ОБД + Обед	3,740	12,780	4,400	11,900	8,450	4,200	1,800	4,100	6,000	9,200	8,650	4,000	79,22



Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней (завтрак + обед + полдник)

Подразделение: Школа

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в меню по дням в (руб) на одного человека												В среднем за период	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день		
	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт	г/шт		
1. ДРОЖЖИ ПИЩЕВАРНЫЕ	0,92	0,10	0,19	0,20	0,19	0,10	0,20	0,20	0,10	0,10	0,18	0,20	0,22	0,12
2. КАКАО-ПОРОШОК														0,40
3. ВАРГОВЕЛЬ	120,10	50,00	130,50	20,90	104,16	122,00	169,39	90,10	164,90	18,00	89,88	146,80	98,70	112,20
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ	200,00		200,00	100,00	200,00							200,00	108,32	90,00
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	60,00	1000,00		30,10	26,00							50,00	97,04	6,00
6. КОФЕИНАЯ НАПИТОК				2,00								2,40	0,10	3,20
7. КРАХМАЛ													0,00	1,80
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	44,00	89,10	50,00	81,60	53,40	50,00	43,60	54,60	68,00	81,20	72,00	29,60	58,60	27,00
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	8,00			20,00	51,00						13,44		18,70	9,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	17,84	20,70	7,50	14,62	6,70	3,50	16,10	26,00	6,40	9,90	15,00	13,10	12,05	0,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	11,80	26,80	19,40	20,70	23,88	34,70	9,50	23,00	24,70	28,80	22,70	37,20	22,92	18,00
12. МОЛОКО	129,80	82,00	123,30	100,00	127,74	196,00	153,20	53,00	243,30	260,80	25,54	174,50	145,86	180,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	28,20	28,50	44,00	45,30	20,85	42,50	36,30	40,90	34,60	49,30	25,60	40,00	37,05	8,00
14. МИКС 3-Й КАТЕГОРИИ	36,00			63,00		44,10				83,00	73,00		34,88	42,00
15. ОВОЩИ/СВЕЖИЕ МОРОЖЕННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	149,00	94,80	128,50	105,50	61,90	150,20	120,80	263,60	128,00	112,30	150,60	293,40	148,81	169,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	22,40	73,60			68,20				60,00			61,00	19,00	34,90
17. РЫБА (ФЕЛИЕ), В Т.Ч. ФАЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕНАЕ	20,76	32,40	35,20	23,00	14,46	53,70	44,50	17,00	30,80	27,80	22,66	38,70	28,67	18,00
18. САХАР			10,00		0,60		8,90	28,00	9,90	9,00	6,60		8,33	6,00
19. СМЕТАНА	220,00		200,00		210,00	26,00	200,00	25,00	200,00		200,00		108,25	120,00
20. СОЛЬ РАДИКОВАЯ	8,74	13,30	3,40	6,20	9,35	3,30	6,40	3,60	3,20	3,80	12,32	4,00	5,98	1,80
21. СУПЕРФРУКТЫ (ПЕЧЕНЬ, ЯМЫК, СЕРДЦЕ)					105,30								8,78	30,00
22. СУХОФРУКТЫ	20,00		20,00		20,00				20,00			20,00	8,33	5,00
23. СЫР		15,00	16,00	20,00	3,50				20,00	10,60	3,70		8,90	6,00
24. ТВОРОГ (5%-9% жирн.)													4,67	30,00
25. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	27,20	140,00	20,00		60,00				27,00			40,00	29,52	132,00
26. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	107,00	15,75	79,80	92,60	99,20	104,90	100,00	80,00	265,20	73,00	40,00	80,00	89,60	90,00
27. ХЛЕБ РЯБИЧНЫЙ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	25,00	88,00
28. ЧАЙ	3,00	1,00	1,00		0,60	1,00			1,00			1,00	0,35	0,60
29. ЯБЛОЦО, ШТ	2,34	83,70	27,20	4,70	2,19	1,70	42,90			8,20	13,70	2,18	15,54	28,00

Итого в среднем на одного человека:

Велич., г	Шторы, г	Углеводы, г	Калории, ккал
54,10	59,25	243,38	1732,08
<b>Материальные вещества</b>			
3360,04	2285,57	515,57	253,71
А, мг	В1, мг	В2, мг	РР, мг
330,42	0,96	1,15	9,40
<b>Витамины</b>			
			76,69

Экономисты по корректировке меню: \_\_\_\_\_

Подпись медицинского работника и дата: \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Ведомость контроля за рационам питания за 12 дней (Завтрак 2 + обед 1 + полдник)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в мето по дням в (г/мл) на одного человека												Итого в среднем по методу		
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день			
1. ДРОЖЖИ ПИЩЕВАРНЫЕ	0,22	0,10	0,10	0,20	0,18	0,20	0,20	0,20	0,20	0,10	0,20	0,18	0,20	0,22	0,12
2. МАЛО-ПЛОХОШОЙ	1,20	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
3. МАРГАРИН	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
4. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00
5. КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00
6. РАВВАЛ	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00
7. МАРГАРИН	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
8. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50	17,50
9. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	11,80	26,00	19,40	17,75	23,68	34,10	24,50	20,10	19,30	22,10	22,70	32,20	23,22	31,00	180,00
10. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	135,80	27,50	133,30	125,80	127,74	16,80	193,20	15,00	145,30	87,90	55,94	102,50	96,50	39,85	9,00
11. МЯКО	28,29	40,30	44,00	49,30	20,85	44,30	36,30	48,90	36,00	48,30	22,65	50,00	39,85	29,12	47,00
12. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00
13. МЯСО 1-й КАТЕГОРИИ	149,00	154,80	156,50	169,50	61,30	356,20	120,80	167,00	186,00	185,10	121,80	291,40	174,72	160,00	41,08
14. ОВОЩИ (СВЕЖИЕ, МОРОЖЕННЫЕ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	32,40	73,80	16,00	69,30	69,30	32,00	96,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00
15. ТОВАРЫ (ЦЕЛЫЙ, БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	20,76	28,80	36,20	23,00	11,66	33,18	44,50	17,00	39,70	24,00	22,88	48,70	29,14	39,00	5,69
16. РЫБА (ФРЕШ), В Т.Ч. ФРЕШ СЛАЗО- МИМ МАЛОСОЛЕННОЕ	20,76	28,80	36,20	23,00	11,66	33,18	44,50	17,00	39,70	24,00	22,88	48,70	29,14	39,00	5,69
17. САХАР	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
18. СМЕТАНА	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
19. СОЛОНОСОЛЬ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
20. СЫР	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
21. СУХИЕ ФРУКТЫ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
22. ТОВАРЫ (30-9% М.Д.Д.)	100,00	27,00	140,00	20,00	140,00	20,00	140,00	20,00	140,00	20,00	140,00	20,00	140,00	20,00	140,00
23. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	107,00	98,75	75,00	81,60	99,20	131,50	109,00	100,00	99,00	95,60	40,40	80,00	90,00	90,00	90,00
24. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
25. ЧАЙ	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
26. ЯЙЦА, ШТ	2,34	1,90	21,20	4,70	2,29	1,70	62,50	25,00	8,20	13,70	25,19	5,30	17,05	24,00	17,05

Итого в среднем на одного человека:

Видовая группа	Видовая группа	Видовая группа	Видовая группа	Видовая группа
Пшеничные изделия	233,34	1726,24	1726,24	1726,24
Макаронные изделия	34,10	34,10	34,10	34,10
Мясо	121,80	121,80	121,80	121,80
Рыба	24,00	24,00	24,00	24,00
Овощи	140,00	140,00	140,00	140,00
Фрукты	140,00	140,00	140,00	140,00
Хлеб	20,00	20,00	20,00	20,00
Чай	1,00	1,00	1,00	1,00
Яйца	13,70	13,70	13,70	13,70

Рекомендации по корректировке меню: \_\_\_\_\_ Подпись методического работника и дата: \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.



Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней (заполняет ОВД + обед ОВД + полдник)

Подразделение: Школа

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в кг по дням в (сут) на одного человека												В среднем за период (кг)	Норма в день (кг)	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день			
1. ДРОЖИЖИ КЛЕВОПЕКАРНЫЕ	0,92	0,10	0,10	0,20	0,18	0,10	0,20	0,20	0,18	0,18	0,20	0,20	0,22	0,22	0,22
2. ВАКО-ПОРОШОК	170,10	62,40	130,58	45,00	165,76	162,60	165,30	50,10	164,90	16,00	53,25	169,20	111,57	112,20	112,20
3. КАРТОФЕЛЬ	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	100,00	200,00	200,00
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ	30,80	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ															
6. КОФЕИНЫЙ НАПИТОК															
7. БРАУНЛАТ	44,00	77,86	11,00	89,00	86,90	6,60	88,00	89,60	22,20	51,20	72,90	29,40	51,89	27,60	27,60
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ															
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	17,54	16,60	9,56	17,22	10,40	6,10	16,70	27,40	15,10	8,50	17,50	13,10	14,41	9,00	9,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5,80	29,88	10,60	17,80	12,78	36,00	25,10	16,30	18,40	22,50	9,98	37,20	20,27	28,00	28,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	135,80	22,50	60,00	125,80	127,74	44,30	283,00	96,90	145,30	66,60	118,84	174,50	110,00	180,00	180,00
12. МОЛОКО	28,29	40,30	25,20	47,10	20,80	46,70	36,30	40,90	39,00	48,20	23,65	40,00	38,80	30,00	30,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	36,00			63,00					79,00	63,00	72,00		26,00	42,00	42,00
14. ВЯСО 1-й КАТЕГОРИИ	169,40	199,10	156,29	374,90	76,90	126,60	190,40	185,00	172,30	100,20	251,40	199,28	166,00	166,00	166,00
15. ОВОЩИ (СВЕЖИЕ, МОРОЖЕННЫЕ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	32,40	52,00	68,20	48,70	127,30	116,00			60,00				48,86	23,00	23,00
16. ПТИЦА (ФАШЕ), 0 Т.К. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАКСИМАЛЬНО	2,78	27,28	6,20	23,00	1,46	13,10	27,00	7,00	3,70	13,00	13,86	28,70	13,41	18,00	18,00
17. РЫБА (ФИЛЕ), 0 Т.К. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАКСИМАЛЬНО															
18. СОУП															
19. СМЕТАНА	220,00	15,00	16,00	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60
20. СОКИ ПЛОДОВОЩИЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	3,74	12,78	4,40	11,90	8,43	4,20	1,90	4,10	6,00	3,20	8,65	4,00	8,60	1,80	1,80
21. СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	104,40								103,30				17,48	18,00	18,00
22. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ, ЯЗЫК, СЕРДЦЕ)															
23. СУХИЕ ЯЙЦА															
24. СЫР															
25. ТВОРОГ (5%-9% В.Д.В.)	120,00	27,30	140,00	20,00	140,00	100,00	7,20		20,00	41,00			52,85	111,00	111,00
26. ВЕТЧИНА СВЕЖАЯ	27,00			31,80	19,20				25,20	39,10			21,78	80,00	80,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80,00	80,00	80,00	100,00	80,00	91,60	60,00	40,00	80,00	60,00	60,00	60,00	72,52	88,00	88,00
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	0,43	0,60	0,60
29. ЧАЙ	2,34	19,78	28,40	4,70	2,19	1,00	2,50		8,20	13,70	102,13		15,80	24,00	24,00
30. ВКУС, ШТ															

Итого в среднем на одного человека:

Валек, г	Зерны, г	Углеводы, г	Калории, ккал
55,50	59,37	103,28	1533,81
Питатель, мг	Железо, мг	Кальций, мг	Магний, мг
3394,84	2523,28	406,49	257,03
А, мкг	В1, мг	В2, мг	ВР, мг
379,03	0,55	1,35	11,77
Жиры, мг	Белки, мг	С, мг	Витамин С, мг
1533,81	983,67	14,85	116,62

Рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата: \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## ООО КП "Вкус и качество"

## Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

## День 1

№ рещ.	Наименование блюда	Выход	Энергетическая ценность, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		
<b>Завтрак №1</b>																
100 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР)ДНС	200/200г	6,61	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43		
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ ВРЕЖАЯ(МОЛОЧНАЯ)СБ(2018)	200	6,17	7,72	37,15	243,59	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08		
487 СБ 2018г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85		
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,02			4,00	13,00	2,80	0,22		
589 СБ 2013	ПРЯНИК	шт	1,17	9,16	18,75	162,30	0,02	0,02		1,9	2,40	12,60	1,80	0,39		
Итого по позавтраку:			15,73	26,72	65,99	645,70	0,26	0,29	1,87	126,4	162,69	400,02	96,58	2,76		

## Итого по позавтраку:

## Завтрак №2

100 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР)ДНС	200/200г	6,61	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ ВРЕЖАЯ(МОЛОЧНАЯ)СБ(2018)	200	6,17	7,72	37,15	243,59	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08
487 СБ 2018г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,02			4,00	13,00	2,80	0,22
52 СБ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯГОД(СБ2018)	шт	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,02	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47
589 СБ 2013	ПРЯНИК	шт	1,17	9,16	18,75	162,30	0,02	0,02		1,9	2,40	12,60	1,80	0,39
Итого по позавтраку:			16,13	27,12	95,79	689,50	0,28	0,30	8,54	126,4	173,36	407,35	92,58	4,23

## Итого по позавтраку:

## Завтрак №3/ОБД

82 СБ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯГОД(СБ2018)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,02	0,02	6,00		12,00	8,60	7,20	1,76
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ ВРЕЖАЯ(МОЛОЧНАЯ)СБ(2018)	200	6,17	7,72	32,16	223,63	0,19	0,19	1,63	49,1	123,64	234,22	64,98	1,06
487 СБ 2018г	ЧАЙ(ОБД) (СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10		9,80	8,25	4,40	0,82
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,02			4,60	21,20	5,00	0,62



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамин, мг			Минеральные вещества, мг														
			Б				В1	В2	С	А, мкг	Са	P	Mg	Fe										
			Б	Ж	У																			
Итого по подменю:													9,81	8,44	67,83	365,66	0,23	0,22	9,13	49,1	150,94	272,47	81,58	4,76
<b>Обед №1</b>																								
1 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)	40	1,58	3,70	9,04	76,48	0,05	0,06	25,23				39,36	45,28	28,51	0,70								
139 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЯК.ИЗДЕЛИЯМИ(СБ20)	200	10,77	6,62	13,54	157,10	0,10	0,11	9,63				81,31	124,98	25,06	1,89								
347 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	20	15,30	15,23	13,73	253,97	0,08	0,13	0,89				30,84	145,29	18,80	1,62								
176 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1-йй ВАРИАНТ(СБ218)	160	3,73	8,47	20,13	172,41	0,14	0,13	38,93				59,30	102,88	39,72	1,32								
607 СБ 2018Г	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТГОШКА"	200	0,70	0,06	1,50	9,34																		
106 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22								
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01					4,60	21,20	5,00	0,62								
Итого по подменю:													36,82	34,58	85,90	807,94	0,41	0,45	74,64	31,1	169,41	452,63	119,89	6,37

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамин, мг			Минеральные вещества, мг														
			Б				В1	В2	С	А, мкг	Са	P	Mg	Fe										
			Б	Ж	У																			
Итого по подменю:													13,84	33,63	75,41	744,61	0,43	0,46	84,92	37,1	167,76	447,21	175,90	6,26
<b>Обед №2/ОБД</b>																								
1 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ(ОБД)	40	1,58	3,70	6,04	64,91	0,05	0,06	25,23				39,27	45,28	28,51	0,69								
124 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (СБ2018)	200	9,37	5,95	16,17	156,10	0,14	0,13	19,91				23,79	132,56	33,87	2,01								
347 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	80	15,30	15,21	13,73	253,97	0,08	0,13	0,89				30,84	145,29	18,80	1,62								
176 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1-йй ВАРИАНТ(СБ218)	160	3,73	8,47	20,13	172,41	0,14	0,13	38,93				59,30	102,88	39,72	1,32								
607 СБ 2018Г	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТГОШКА"	200	0,70	0,06	1,50	9,34																		
106 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01					4,60	21,20	5,00	0,62								
Итого по подменю:													36,82	34,58	85,90	807,94	0,41	0,45	74,64	31,1	169,41	452,63	119,89	6,37

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамин, мг			Минеральные вещества, мг														
			Б				В1	В2	С	А, мкг	Са	P	Mg	Fe										
			Б	Ж	У																			
Итого по подменю:													3,26	2,92	64,05	295,56	0,08	0,07	4,15	5,8	26,29	48,05	15,19	3,62
<b>Полдник</b>																								
600 СБ 2018Г	ВАТРУШКА С ПОММОРОЙ (СБ2018)	60	3,26	2,92	41,05	203,56	0,06	0,03	0,15				12,28	34,05	7,19	0,82								
601 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ(ТРИШЕВЫЙ)	200			23,00	82,00	0,02	0,04	4,00				14,00	14,00	8,00	2,80								
Итого по подменю:													3,26	2,92	64,05	295,56	0,08	0,07	4,15	5,8	26,29	48,05	15,19	3,62

Итого на дату: 0,00 руб. 115,99 133,41 488,97 3948,67 1,60 1,78 163,99 370,0 850,34 2027,73 521,72 27,50

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СамПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,43	33,82	25,67	27,45
Обед (30 - 35 %)	47,82	43,77	25,64	34,38
Полдник (10 %)	4,23	3,70	19,12	12,58
Итого за день (60 - 70 %)	72,48	81,29	70,43	74,41

Реальная соотношения В:Ж:У = 1:1,2:4,2

Директор Гусев В.В. Зав. производ.      / /

Калькулятор Ш Шарафилев А.А. /

ООО КП "Вкус и качество"

День 2

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

№ 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 №1</b>														
207 СБ 207ВГ	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ201В)	шт	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,0	47,72	119,20	9,08	1,62
247 СБ 201Зг.	КАША ИЗ ХЛОП.ОБСЯНЬИХ ТЕРМОУПЕЧ.ВЯЗКАЯ(СБ201В)	200	9,68	9,63	37,75	273,31	1,22	1,07	7,13	257,5	783,97	1228,99	363,67	8,71
469 СБ 207ВГ	ЧАЙ С ЛИМОННОМ (СБ201В)	2007	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
	ПЛОШКА С САХАРОМ (ПОКР-ОБСЯНЬИ)	шт	0,80	4,90	60,30	320,90								
108 СБ 201З	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			18,74	21,64	118,85	776,83	2,28	1,34	10,13	407,5	848,67	1365,92	379,81	11,44

**Завтрак №2**

107 СБ 201Зг.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ ПОГУРЦЫ	60	0,49	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,60	14,40	8,40	0,36
246 СБ 207ВГ	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ (СБ201В)	90	21,83	15,15	8,07	256,18	0,34	2,41	34,75	954,4	50,93	386,46	24,59	7,74
266 СБ 201ВГ	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ201В)	160	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,03		39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
469 СБ 207ВГ	ЧАЙ С ЛИМОННОМ (СБ201В)	2007	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СБ 201З	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			31,09	21,81	74,40	626,39	0,46	2,46	40,73	993,9	101,77	471,78	49,78	10,12

**Завтрак №3/ОБД**

108 СБ 201Зг.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(БОГУРЧЫ)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
246 СБ 201ВГ	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ (СБ201В)	90	21,85	15,15	8,07	256,18	0,34	2,41	34,75	954,4	50,93	386,46	24,59	7,74
282 СБ 201Зг	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИРНАЯ)	160	3,13	6,55	26,03	175,64	0,04	0,03		44,2	17,35	109,73	13,34	0,66
469 СБ 201ВГ	ЧАЙ С ЛИМОННОМ(СБ201В)	2007	0,06	0,01	0,26	1,46			2,98		12,68	9,83	5,26	0,88
108 СБ 201З	ХЛЕБ РЖАНОМ(СБ201В)	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62



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

Итого по подменю: 28,52 22,01 53,36 528,54 0,42 7,46 41,93 998,6 95,76 545,22 56,79 10,18

**Обед №1**

26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	80	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	0,02	5,70		21,09	24,97	12,54	0,80
144 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200г10	12,63	7,34	25,12	218,10	0,24	0,13	13,43	23,6	83,52	169,10	44,35	2,84
376 СБ 2018Г	ПЮРЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (СБ2018)	180	16,70	21,84	26,94	371,51	0,21	0,15	3,19	29,3	47,41	266,80	67,84	2,18
484 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(КУРАГИ (СБ2018)	200	1,05	0,06	20,21	66,67	0,02	0,04	1,20		32,70	29,42	21,12	0,68
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧЬЯ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,32	
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01		4,60	21,20	5,00	0,62	
Итого по подменю:			35,98	32,81	105,23	805,83	0,52	0,36	23,62	53,1	153,32	324,09	153,65	7,34

**Обед №2/Обд**

26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	80	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	0,02	5,70		21,09	24,37	12,54	0,80
114 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (СБ2018)	280	11,01	11,65	14,44	207,02	0,19	0,14	19,85	29,5	95,92	157,31	37,35	2,23
376 СБ 2018Г	ПЮРЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (СБ2018)	280	18,56	24,27	29,93	412,79	0,24	0,17	3,55	32,8	52,68	296,44	75,38	2,43
484 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(КУРАГИ (СБ2018)	200	1,05	0,06	20,21	66,67	0,02	0,04	1,20		32,70	29,42	21,12	0,68
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,64	88,48	0,02	0,01		4,60	23,20	5,00	0,62	
Итого по подменю:			34,64	39,27	87,44	845,87	0,44	0,38	30,70	62,3	146,99	524,94	151,39	6,76

**Полдник**

642 СБ 2018Г	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	60	4,24	6,53	35,66	237,28	0,07	0,03		57,3	10,70	39,28	6,50	0,56
516 СБ 2013	КЕФИР	280	5,80	5,00	8,60	100,20	0,08	0,34	1,48	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
Итого по подменю:			10,04	13,55	43,86	337,48	0,15	0,37	1,40	97,3	250,70	219,28	34,50	0,76



## ООО КП "Вкус и качество"

День 3

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

№ 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 №7</b>														
84 СБ 2018г	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И ВАРЕНЬЕМ	150/50г	5,11	8,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,0	16,95	99,20	9,45	0,33
221 СБ 2018г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2016)	200	8,31	7,13	38,95	253,83	0,19	0,20	1,25	48,7	137,56	218,23	43,55	2,32
461 СБ 2018г	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
108 СБ 2013г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
82 СБ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2016)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		25,60	22,40	16,80	3,22
Итого по подменю:			15,56	16,00	85,83	490,96	0,26	0,31	8,46	112,7	195,44	361,08	77,00	6,96

Итого по подменю:

**Завтрак №2**

81 СБ 2013г	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ВАР-) ВАРЕНЬЕМ	180/50г	5,11	8,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,0	16,95	99,20	9,45	0,33
221 СБ 2018г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2016)	200	8,31	7,13	38,95	253,83	0,19	0,20	1,25	48,7	137,56	218,23	43,55	2,32
461 СБ 2018г	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
82 СБ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2016)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		25,60	22,40	16,80	3,22
108 СБ 2013г	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:			15,56	16,00	85,83	490,96	0,26	0,31	8,46	112,7	195,44	361,08	77,00	6,96

Итого по подменю:

**Завтрак №3/ОБД**

82 СБ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2016)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		25,60	22,40	16,80	3,22
220 СБ 2013г	СЫРНИК ИЗ ТВОРОГА (СБ2016)	180	31,30	10,32	19,09	236,93	0,09	0,39	0,70	58,9	238,19	331,11	36,03	0,95
406 СБ 2021г	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ(ОБД (СБ2021))	30	0,78	1,57	1,84	25,12	0,01	0,04	0,29	11,5	27,36	21,51	3,34	0,06
461 СБ 2018г	ЧАЙ КАРКАДЕ(ОБД)	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
108 СБ 2013г	ХЛЕБ РУЖНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,60	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62



№ рещ.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
<b>Обед №1</b>														
50 СБ 2018Г	МЯРА	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,30	0,30	0,96		32,00	30,00	13,00	0,40
126 СБ 2018Г	КОБАЧЬЕВАПРОМЫШЛЕНПРОКЖВ БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОМ	250г10	12,39	11,71	10,33	188,96	0,07	0,13	25,65	10,0	63,36	149,74	36,20	2,53
300 СБ 2018Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕЛНИКТАЙ(СБ2018)	90	16,52	6,02	6,54	146,53	0,12	0,22	0,58	73,1	67,27	251,57	49,40	1,37
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	180	3,30	4,89	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
348 СБ 2017	КОМПЮТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХКЛУМА	200	0,46	0,10	28,13	110,29	0,03	0,02			16,45	25,80	9,40	0,65
106 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	96,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю: 38,55 30,39 99,99 824,24 0,73 0,82 53,58 127,7 230,75 588,99 147,10 7,42														

№ рещ.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
<b>Обед №2/Обд</b>														
116 СБ 2013Г	МЯРА БАБАЧКОВАЯ (ПРОМ.ПРОИЗВОДСТВА)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,18	0,18	0,58		19,20	18,00	7,80	0,48
128 СБ 2013Г	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОМ	200г10	12,39	11,71	10,33	188,96	0,07	0,13	25,65	10,0	63,36	149,74	36,20	2,53
390 СБ 2018Г	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕЛНИКТАЙ(СБ2018)	20	16,52	6,02	6,54	146,53	0,12	0,22	0,58	73,1	67,27	251,57	49,40	1,37
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	180	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
498 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШКОТОВИКАКОВЦ(СБ2018)	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,04	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю: 37,19 30,28 71,40 702,73 0,57 0,73 253,20 127,7 209,50 541,59 138,10 6,83														

№ рещ.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	
															Итого по подменю:
<b>Полдник</b>															
148 СБ 2018Г	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (СБ2018)	58	4,01	3,30	29,15	162,32	0,06	0,03			20,8	10,35	97,03	6,21	0,52
301 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙЯБЛОЧНЫЙ	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого по подменю: 4,01 3,30 52,15 254,32 0,08 0,07 4,00 20,8 24,35 51,03 14,21 3,32															

Итого за день: 0,00 руб. 145,57 108,51 448,56 3140,59 2,05 2,72 335,79 571,7 1162,02 2308,24 514,98 37,14

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

Самп. Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,21	20,25	25,62	20,89
Обед (30 - 35 %)	50,06	38,46	29,85	35,07
Полдник (10 %)	5,21	6,18	15,57	10,82
Итого за день (60 - 70 %)	75,48	62,89	71,04	66,79

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

Директор Якун В.В.

Калькулятор СМ

Шарфиева А.А.

ООО КП "Вкус и качество"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

День 4

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Завтрак №1</b>																
166 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С СЫРОЙ ПАСТОУЛЫЙ ВАРМАНТ (СБ2018)	40	5,78	7,76	10,51	130,88	0,03	0,07	0,11	60,4	18,68	108,16	10,60	0,39		
173 СБ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВИСЗАРИ(СБ2018)	200	3,75	5,10	16,94	128,70	0,13	0,06	2,13	29,5	7,26	89,31	59,24	2,00		
801 СБ 2013г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	14,78	94,94	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13		
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22		
549 СБ 2013	ПРИЯНИК	шт	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:			15,12	24,75	10,50	563,12	0,24	0,30	3,54	111,7	152,64	313,07	88,44	2,92		

Итого по подменю:

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Завтрак №2</b>																
167 СБ 2018Г.	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ(ЗЕЛ.ГОРС(СБ2018).	40	3,00	0,12	4,98	33,00	0,20	0,11	15,00		15,60	57,20	22,80	0,42		
372 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	147,73	25,12	1,55		
202 СБ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	100	9,22	7,36	41,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4	28,92	221,16	146,61	5,00		
501 СБ 2013г.	РАССЫЛЧАТА(СБ2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,04	0,04	0,13	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13		
108 СБ 2013	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:			31,71	24,60	81,36	676,71	0,69	0,60	23,67	95,9	241,97	579,11	211,33	7,32		

Итого по подменю:

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Завтрак №3/ОВД</b>																
167 СБ 2018Г.	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ(ЗЕЛ.ГОРС(СБ2018).	40	3,00	0,12	4,98	33,00	0,20	0,11	15,00		15,60	57,20	22,80	0,42		
372 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	147,73	25,12	1,55		
202 СБ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	100	9,22	7,36	41,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4	28,92	221,16	146,61	5,00		
501 СБ 2013г.	РАССЫЛЧАТА(СБ2018)	200	2,90	2,51	14,78	94,04	0,04	0,13	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13		
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,24	17,94	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		
Итого по подменю:			31,71	24,60	81,36	676,71	0,69	0,60	23,67	95,9	241,97	579,11	211,33	7,32		

Итого по подменю:



№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		жидл	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg
Хлебцо по подменю:														
Обед №1														
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	80	1,09	4,95	6,92	16,43	0,04	0,03	0,37	25,55	37,25	16,30	0,74	
129 СБ 2018Г	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	200	15,15	11,84	13,92	223,10	0,08	0,13	4,51	33,59	157,50	25,02	2,31	
348 СБ 2018Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(СБ2018)	90	13,12	14,58	8,36	217,73	0,07	0,10	2,80	18,59	143,72	19,74	2,08	
415 СБ 2013г.	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	9,63	9,56	32,56	255,95	0,19	0,09	0,69	12,74	227,39	67,20	1,99	
498 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,08	0,08	11,95	48,81	0,01		2,08	3,58	2,24	1,82	0,47	
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕННЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01		6,00	13,00	2,90	0,22	
198 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01		4,60	21,20	5,00	0,62	
Итого по подменю: 43,81 41,63 101,57 960,66 0,43 0,37 16,53 51,9 102,85 602,30 137,96 8,39														

### Обед №2/ОВД

47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	90	1,09	4,95	5,82	76,43	0,04	0,03	0,37	25,55	37,25	16,30	0,74	
184 СБ 2013г.	СУП КРЕСТЯНСКИЙ С КРУПЯНЫМИ	200/10	13,16	11,88	14,49	210,28	0,12	0,14	21,55	10,0	168,80	35,54	2,52	
348 СБ 2018Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(СБ2018)	90	13,12	14,59	8,36	217,73	0,07	0,10	2,80	18,59	143,72	19,74	2,08	
320 СБ 2018	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(СБ2018)	150	3,68	5,83	11,43	113,05	0,07	0,08	78,50	40,1	69,39	34,95	1,33	
498 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯЛОК (СБ2018)	200	0,08	0,08	11,95	48,81	0,01		2,08	3,58	2,24	1,82	0,47	
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	90	4,74	0,36	26,76	132,72	0,07	0,02		13,80	63,60	15,00	2,86	
Итого по подменю: 35,87 37,68 79,81 799,02 0,38 0,38 113,38 50,1 202,13 484,00 123,43 9,00														

### Полдник

143 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" (СБ2018)	90	5,31	5,67	35,07	212,53	0,08	0,05		41,2	13,69	50,58	8,05	
516 СБ 2013	СНЕЖОК	200	5,80	5,00	9,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	0,20	
Итого по подменю: 11,11 10,67 43,07 312,73 0,16 0,39 114,40 91,2 253,69 230,58 36,05 0,90														

Итого за день: 0,00 руб. 170,97 163,97 455,89 4030,23 2,59 2,64 184,19 486,8 1195,65 2796,47 810,74 36,25

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СамЛин Таблица 4	Баллы, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	19,71	31,33	21,04	23,96
Обед (30 - 35 %)	56,90	52,70	30,32	40,88
Полдник (10 %)	14,43	13,51	12,86	13,31
Итого за день (60 - 70 %)	91,04	97,53	64,22	78,15

Реальная соотношение В:Ж:У = 1:1,1:3,1

Директор Якун В.В.

Калькулятор Шерафиева А.А.

Зав. производ. / /

ООО КП "Вкус и качество"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

День 5

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Липидные вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг												
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe										
<b>Завтрак №1</b>																								
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ПВАР.МБ)	2000Б	6,81	9,82	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	17,60	0,43										
221 СБ 2018г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	200	8,31	7,13	36,95	253,83	0,19	0,20	1,25	86,7	137,64	218,23	43,55	2,32										
614 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200		9,24		36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49										
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22										
470 СБ 2018г.	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (СБ2014)	100	4,00	1,50	14,30	86,70	0,03	0,15	0,50	10,0	112,00	86,00	13,00	0,10										
<b>Итого по подменю:</b>			20,70	16,45	82,53	576,54	0,30	0,47	16,95	134,2	287,92	454,13	74,59	3,56										

Итого по подменю:

<b>Завтрак №2</b>																								
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ПВАР.МБ)	2000Б	6,81	9,82	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43										
223 СБ 2018г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	200	10,51	10,20	46,88	322,53	0,31	0,23	1,56	60,8	172,92	255,61	68,74	1,88										
616 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200		9,24		36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49										
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ-ФРУКТЫ(СВЕЖИЕ Г140)	ШТ	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,80	15,80	3,22										
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22										
<b>Итого по подменю:</b>			19,56	20,44	90,55	565,12	0,42	0,37	23,76	136,3	231,80	427,71	103,58	6,25										

Итого по подменю:

<b>Завтрак №3/04</b>																								
78 СБ 2018г.	СЫР ПОЛУТВЕРДИЫЙ(ТОРЦИЯ (СБ2018)	20	5,12	5,22		67,45		0,06	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09										
223 СБ 2018г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	200	9,49	9,16	37,50	259,02	0,25	0,17	1,25	48,7	138,34	204,33	54,99	1,51										
618 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200		9,24		36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49										
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62										
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140	ШТ	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,80	15,80	3,22										



№ 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										
Итого по подменю:													17,33	14,04	79,00	457,50	0,33	0,29	23,38	71,7	184,42	311,88	84,43	5,93
<b>Обед №1</b>																								
73 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ,	60	1,03	3,91	7,08	67,83	0,09	0,04	4,59		12,69	65,77	26,43	0,86										
123 СБ 2018Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(СБ2018)	200	7,37	7,44	13,08	149,12	0,10	0,13	13,48	17,7	30,92	146,13	40,11	1,07										
372 СБ 2018Г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	167,75	25,12	1,55										
288 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	160	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,09		99,5	20,06	47,39	8,73	0,91										
486 СБ 2018Г	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	300	0,44	0,02	21,70	89,06		0,01	0,44		22,54	15,42	8,01	1,23										
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22										
188 СБ 2013	ЗЕЛЬЯ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62										
Итого по подменю:													30,13	32,49	116,30	899,29	0,44	0,41	20,63	97,7	167,96	498,86	114,20	6,46

### Обед №2/ОВД

73 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ,	60	1,17	5,21	9,44	90,46	0,12	0,06	6,12		16,92	67,70	35,24	1,14										
124 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(СБ2018)	250	11,71	7,46	20,21	195,19	0,18	0,16	24,89		29,69	165,70	42,34	2,51										
373 СБ 2018Г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	90	16,01	14,61	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	167,75	25,12	1,55										
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (СБ2018)	160	4,14	3,59	25,76	151,88	0,11	0,04		22,4	16,93	98,90	22,58	1,67										
488 СБ 2018Г	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(СБ2018)	300	0,44	0,02	11,80	69,16		0,01	0,44		22,24	15,42	6,01	1,20										
189 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62										
Итого по подменю:													35,83	30,91	95,46	807,80	0,55	0,46	33,57	62,9	163,53	576,67	136,30	8,69

### Полдник

540 СБ 2018Г	ШАМЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (СБ2018)	60	3,32	4,64	21,97	142,58	0,09	0,06	6,73	30,7	17,45	49,33	12,29	0,64										
601 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ(ЯБЛОЧНО-ВИШНЯГАД)	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,60										
Итого по подменю:													3,32	4,64	44,97	234,58	0,10	0,10	10,73	30,7	31,45	63,33	20,29	3,44

Итого за день: 0,00 руб. 130,87 120,97 508,86 3540,83 2,14 2,10 129,02 533,6 1061,08 2332,58 533,39 34,33

Выполнение норм и пищевых веществ и энергии являющихся 1-ой ступени

СамПитТаблица 4	Белок, %	Жир, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	26,88	23,35	24,64	24,53
Обед (30 - 35 %)	44,32	41,13	34,72	38,27
Полдник (10 %)	4,31	5,87	13,42	9,98
Итого за день (60 - 70 %)	75,52	70,35	72,78	72,78

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,0:4,2

Директор Якут В.В.

Зав. производ...

Калькулятор

Шарафиева А.А. /

ООО КП "Вкус и качество"

День 6

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорий, ккал	Витаминны, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мг	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак №1</b>														
40 СБ 2013г.	БУТЕРБРОД С ПОМИДОМ (2-й ВАРИАНТ)	2018г	1,35	4,34	20,90	124,96	0,02	0,01	0,10	29,6	6,25	12,50	3,35	0,45
247 СБ 2013г.	КАША ИЗ ХЛОПЦОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" (СБ2018)	200	8,68	9,63	37,75	273,11	1,22	1,07	7,15	257,5	763,97	1228,89	363,67	8,71
460 СБ 2018г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,90	0,22
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫЯ-ФРУКТЫЯ-СВЕЖИЕ МЯО	шт	0,64	0,16	6,09	30,40	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,09
			13,70	15,58	96,62	542,84	1,33	1,19	38,40	297,0	892,32	1321,24	190,02	10,36

Итого по подменю:

**Завтрак №2**

43 СБ 2018г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН-ОГУРЦАМИ(СБ2018)	60	0,97	3,77	7,06	66,25	0,05	0,03	8,74		9,27	30,34	12,80	0,46
371 СБ 2018г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018)	90	13,33	13,44	4,46	192,36	0,09	0,12	1,49	44,2	18,93	136,43	21,48	1,03
380 СБ 2018	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ2018)	180	3,68	5,83	15,93	131,01	0,07	0,09	78,50	40,1	92,01	68,39	34,95	1,34
467 СБ 2018г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	9,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
			21,10	23,44	56,54	574,19	0,23	0,25	88,83	84,0	174,31	256,41	76,43	3,97

Итого по подменю:

**Завтрак №3/ОД**

43 СБ 2018г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН-ОГУРЦАМИ(СБ2018)	60	0,97	3,77	7,06	66,25	0,05	0,03	8,74		9,27	30,34	12,80	0,46
371 СБ 2018г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018)	90	13,33	13,44	4,46	192,36	0,09	0,12	1,49	44,2	18,93	136,43	21,48	1,03
380 СБ 2018	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ2018)	180	3,68	5,83	15,93	131,01	0,07	0,09	78,50	40,1	92,01	68,39	34,95	1,34
467 СБ 2018г	ЧАЙ/ОД (СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10		9,90	8,25	4,40	0,82
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,28	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

№ рвч.	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									
Итого по подменю:													19,56	23,16	36,44	434,13	0,23	0,25	88,83	84,4	134,61	764,61	78,63	4,29
<b>Обед №1</b>																								
26 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	80	0,85	3,05	5,02	50,91	0,61	0,02	5,70		21,09	24,57	12,54	0,80										
138 СБ 2018г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ,ГРЕЧОМ(СБ2018)	200/20	12,76	9,37	25,65	231,28	0,12	0,16	15,59	29,6	74,39	162,12	36,20	2,08										
343 СБ 2018г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018)	90	13,12	19,07	5,70	210,72	0,07	0,12	17,73	33,0	28,65	154,87	27,49	2,14										
202 СБ 2013г.	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	3,72	12,06	19,10	175,39	0,14	0,12	20,84	81,9	45,37	97,34	28,32	1,09										
496 СБ 2018г	НАЛИТОК ИЗ ШИПОВИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,44	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63										
104 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22										
189 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,59	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,40	21,20	5,00	0,62										
Итого по подменю:													35,90	39,35	103,07	891,72	0,39	0,50	259,66	144,5	190,34	476,50	115,75	7,57

### Обед №2/ОВА

28 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	20	1,14	4,07	6,69	87,88	0,02	0,03	7,60		28,12	32,76	16,72	1,06										
136 СБ 2018г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕЧОМ(ОВА)	250/20	15,36	10,28	27,38	265,85	0,15	0,20	19,24	37,0	92,28	210,45	47,62	3,14										
387 СБ 2018г	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТНОЙ-ЦЕДКОЙ(СБ2018)	90	13,93	19,93	2,81	242,27	0,05	0,17	1,87	67,9	18,26	147,95	17,84	1,25										
202 СБ 2013г.	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	3,72	12,06	19,10	175,39	0,14	0,12	20,84	81,9	45,37	97,34	28,32	1,08										
496 СБ 2018г	НАЛИТОК ИЗ ШИПОВИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	9,86	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60										
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,40	21,20	5,00	0,62										
Итого по подменю:													37,99	46,84	83,11	884,75	0,39	0,59	249,55	166,8	200,63	513,11	118,90	7,76

### Полдник

542 СБ 2018г	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"(СБ2018)	40	4,24	6,55	35,86	237,28	0,07	0,03		57,3	10,70	39,28	6,50	0,36										
470 СБ 2018г	МОГУРТ ПИТЬЕВОЙ(СБ2018)	200	8,00	3,00	26,60	173,40	0,03	0,15	0,50	10,10	132,00	86,00	13,00	0,10										
Итого по подменю:													12,24	11,55	64,46	410,68	0,10	0,18	0,50	67,3	122,70	125,28	19,50	0,66

Итого за день: 0,00 руб. 140,53 159,92 430,24 368,31 2,67 2,96 725,77 844,6 1674,91 2057,15 799,23 34,56

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	17,79	19,72	25,86	23,10
Обед (30 - 35 %)	46,62	49,81	30,77	37,95
Полдник (10 %)	15,90	14,62	19,24	17,48
Итого за день (60 - 70 %)	80,31	84,15	75,87	78,52

Реальная соотношения В:Ж:У = 1:1,1:4,1

Директор  Якун В.В./

Зав. производ. \_\_\_\_\_ //

  
Калькулятор Шарафиева А.А./

**День 7**

**Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.**

№ рсц.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг													
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe										
<b>Завтрак №1</b>																								
267 СБ 2018Г	ЛЯЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	ШТ	7,82	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,0		47,72	119,20	8,08	1,62									
217 СБ 2018Г	КАША РИСОВАЯ ВРЕЖАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018),	160	5,55	6,95	31,44	219,22	0,17	0,17	1,46	44,1		111,41	210,80	58,49	0,97									
482 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0		123,37	105,72	24,20	0,78									
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22									
<b>Итого по подменю:</b>			19,81	17,11	67,92	508,26	0,27	0,60	2,76	214,1		286,50	447,72	93,56	3,59									

Итого по подменю:

**Завтрак №2**

88 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ (СБ2018)	2016	1,74	12,68	10,80	159,16	0,02	0,02				98,5	15,85	2,60	0,27
267 СБ 2018Г	ЛЯЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	ШТ	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,0		47,72	119,20	8,08	1,62
217 СБ 2018Г	КАША РИСОВАЯ ВРЕЖАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018),	160	5,55	6,95	31,44	219,22	0,17	0,17	1,46	44,1		111,41	210,80	58,49	0,97
482 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0		123,37	105,72	24,20	0,78
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22
<b>Итого по подменю:</b>			19,97	29,57	69,00	620,22	0,29	0,62	2,76	302,6		292,10	463,57	96,16	3,86

Итого по подменю:

**Завтрак №3/Обд**

88 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	2016	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02				88,5	15,85	2,80	0,25
219 СБ 2018Г	КАША РИСОВАЯ ВРЕЖАЯ(СБ2018)	200	7,27	7,23	33,52	228,90	0,16	0,19	1,27	49,6		155,25	210,86	35,83	0,92
482 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	5,04	60,68	0,04	0,16	1,30	20,0		123,07	105,72	24,20	0,75
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	98,40	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯГОД(СБ2018)	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,87			10,67	7,33	6,00	1,47
<b>Итого по подменю:</b>			15,97	23,31	75,84	581,62	0,26	0,39	9,24	158,1		299,39	390,56	73,83	4,01

Итого по подменю:

**Обед №1**



№ 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	Fо	Fо			
1 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КУЛУБЫ (СБ.2018)	60	1,58	3,70	9,04	0,05	0,06	25,23					39,36	45,28	20,51	0,70		
66 СБ 2017Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(СБ.2017)	200г	9,08	9,34	13,98	0,11	0,12	13,82		8,0			26,69	137,18	30,41	1,89		
378 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ-КЕМЛЕ(СБ.2018)	200	24,12	29,84	23,14	0,27	0,28	28,31		46,4			43,07	276,05	60,84	2,90		
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/МЗЮМОВА	200	0,45	0,10	28,13	0,03	0,02						16,45	25,80	8,40	0,65		
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,56	0,02	0,01						4,00	13,00	2,80	0,22		
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	0,02	0,01						4,60	21,20	5,00	0,62		
Итого по подменю:			42,36	43,70	131,77	0,30	0,50	67,36		54,4			134,17	518,51	135,96	6,98		

Итого по подменю:

### Обед №2/ОВД

6 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БКАГУСТЫ С ОГУРЦАМИ/ОВД	60	0,83	4,26	2,33	0,02	0,02	18,00					22,52	19,32	10,20	0,34
66 СБ 2017Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(СБ.2017)	200г	9,08	9,34	13,98	0,11	0,12	13,82		8,0			26,69	137,18	30,41	1,89
378 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ-КЕМЛЕ(СБ.2018)	200	24,12	29,84	23,14	0,27	0,28	28,31		46,4			43,07	276,05	60,84	2,90
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/МЗЮМОВА	200	0,46	0,10	28,13	0,03	0,02						16,45	25,80	8,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,74	0,36	26,76	0,07	0,02						13,80	63,60	15,00	1,96
Итого по подменю:			40,03	43,90	94,34	0,50	0,46	60,13		54,4			122,33	523,95	124,85	7,64

Итого по подменю:

### Полдник

666 СБ 2013Г	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (СБ.2018)	60	4,12	5,43	37,00	0,06	0,04	0,07		36,7			16,15	41,95	6,79	0,55
601 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ТРУШЕВЫЙ	208			23,00	0,02	0,04	1,00					14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			4,12	5,43	60,00	0,08	0,08	4,07		36,7			30,16	55,95	14,79	3,35

Итого по подменю:



ООО КП "Вкус и качество"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

День 8

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийк. ккал	Витамины, мкг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Завтрак №1</b>																
300 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ВАР.КНБ)	2002076	6,81	9,62	10,52	131,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43		
314 СБ 2013	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ	150	15,23	9,61	19,92	216,25	0,11	0,26	3,28	65,6	148,72	209,79	54,52	1,07		
481 СБ 2013г.	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ(ГОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70	0,02	0,01	0,30		95,10	66,70	10,20	0,08		
489 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОННОМ (СБ2018)	20007	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89		
108 СБ 2013	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:			25,93	19,70	67,26	534,36	0,18	0,36	8,70	141,1	283,20	433,76	85,38	2,67		

Итого по подменю:

<b>Завтрак №2</b>														
300 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ВАР.КНБ)	2002076	6,81	9,62	10,52	131,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
300 СБ 2018г	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТИШНИКЕ(СБ2018)	90	16,52	6,02	6,54	146,93	0,12	0,22	0,58	73,1	67,27	251,57	68,40	1,37
221 СБ 2018г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	4,14	3,99	25,76	151,86	0,11	0,04		22,4	16,93	98,90	22,59	1,67
489 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОННОМ (СБ2018)	20007	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			30,69	19,64	72,12	586,00	0,28	0,35	3,70	171,0	123,58	505,25	93,65	4,58

Итого по подменю:

<b>Завтрак №3/Обед</b>														
76 СБ 2018г	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙГОРЦУРИ (СБ2018)	20	5,12	5,22		67,46		0,04	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09
221 СБ 2018г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)	300	6,31	7,13	38,95	293,83	0,19	0,20	1,35	48,7	137,64	218,23	43,55	2,32
489 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОННОМ(СБ2018)	20007	0,06	0,01	0,28	1,46			2,98		12,69	9,83	5,26	0,86
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			15,07	12,48	48,15	366,99	0,21	0,25	4,30	71,7	163,97	308,26	58,81	3,89

Итого по подменю:

Обед №1

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe			
															Б	Ж	У
22 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ2018)	20	0,56	3,71	4,91	54,18	0,03	0,03	3,64					13,21	22,71	15,92	0,70
117 СБ 2018Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	200Г	12,07	11,55	11,79	192,16	0,14	0,15	22,91	10,0				44,11	155,86	35,21	2,21
308 СБ 2018Г	ЛЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	20	19,41	12,74	6,67	206,33	0,32	2,33	34,82	886,7				28,16	343,20	20,87	7,34
234 СБ 2018Г	ПО-СТРОГОМОВСКИ (СБ2018)	150	4,36	11,59	31,91	249,92	0,21	0,07	6,17					27,19	198,65	59,48	1,73
604 СБ 2018Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)	200			30,20	120,80											
108 СБ 2013	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01						4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01						4,60	21,20	5,00	0,62
			41,12	40,11	113,24	962,03	0,14	2,60	67,74	896,7	121,27	754,62	149,28	12,82			

Итого по подменю:

### Обед №2/ОБД

60 СБ 2018Г	КАЧА	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,30	0,30	0,95					32,00	30,00	13,00	0,60
117 СБ 2018Г	КОБАЧОВАЯПРОМЫШЛЕН.ПРОМЗВ СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	200Г	12,07	11,55	11,79	192,16	0,14	0,15	22,91	10,0				44,11	155,86	35,21	2,21
308 СБ 2018Г	ЛЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	60	19,41	12,74	6,67	206,33	0,32	2,33	34,82	886,7				28,16	343,20	20,87	7,34
234 СБ 2018Г	ПО-СТРОГОМОВСКИ (СБ2018)	160	4,34	11,59	31,91	249,82	0,21	0,07	6,17					27,19	198,65	59,48	1,73
604 СБ 2018Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)	200			30,20	120,80											
108 СБ 2013	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01						4,60	21,20	5,00	0,62
			40,12	41,46	103,23	929,09	0,99	2,86	64,86	596,7	136,06	748,91	143,56	12,70			

Итого по подменю:

### Полдник

604 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"(СБ2018)	60	4,20	9,52	35,33	249,80	0,07	0,03						61,3	37,98	6,59	0,54
616 СБ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40					40,0	180,00	28,00	0,20
			10,00	14,52	43,33	344,00	0,15	0,37	1,40	101,3	250,16	217,98	14,59	0,74			

Итого по подменю:

Итого на день: 0,00 руб. 162,83 147,91 447,33 3722,47 2,55 6,79 180,70 2276,7 1079,21 2968,28 563,27 37,40

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питания по 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	33,68	24,94	20,08	22,74
Обед (30 - 35 %)	53,40	50,77	33,80	40,94
Полдник (10 %)	12,99	18,38	12,93	14,64
Итого за день (60 - 70 %)	100,06	94,09	66,81	78,31

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

Директор Якуш В.В.

Зав. производ. / /

Калькулятор СМ

Шарфиева А.А. /





№ рац.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг														
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe											
Итого по подменю:														25,76	27,62	45,00	535,05	0,27	0,40	30,48	42,4	191,52	384,72	113,35	5,31
<b>Обед №91</b>																									
148 СБ 2018Г	ОВОЩИ	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30											
98 СБ 2018Г	НАТУРАЛЬНЫЕ ОГУРЦЫ (СБ2018)	200г	10,33	12,79	14,07	206,92	0,09	0,13	14,26		43,71	130,27	34,39	2,39											
387 СБ 2018Г	БЕЛЫЙ РЫБНЫЙ (СБ2018)	90	12,93	5,42	13,28	154,65	0,10	0,13	0,60		61,48	190,25	35,45	0,87											
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	180	3,30	6,59	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39		43,07	97,68	33,30	1,23											
488 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,05		0,01	0,44		22,34	15,42	6,01	1,23											
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕННЫЙ	20	1,58	0,20	5,52	47,20	0,02	0,01			4,00	19,00	2,80	0,22											
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,94	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62											
Итого по подменю:														37,16	75,42	100,04	756,57	0,42	0,47	45,89	108,8	189,60	493,83	129,36	6,86

### Обед №210ВД

108 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы)	40	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30											
88 СБ 2018Г	СВЕКОЛЬ-НИКОВД (СБ2018)	200г	10,33	12,79	12,07	199,94	0,09	0,13	14,26		43,65	138,27	34,39	2,39											
307 СБ 2018Г	БЕЛЫЙ РЫБНЫЙ (СБ2018)	90	12,93	5,42	13,28	154,65	0,10	0,13	0,60		61,48	190,26	35,46	0,87											
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	180	3,30	6,59	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39		43,07	97,68	33,30	1,23											
488 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(СБ2018)	200	0,44	0,02	11,80	49,16		0,01	0,44		22,24	15,42	6,01	1,20											
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,94	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62											
Итого по подменю:														10,58	25,22	78,54	661,49	0,40	0,47	45,89	108,8	185,24	480,83	126,56	6,61

### Полдник

448 СБ 2018Г	СОДА ОБЪЯВЛЕННАЯ (СБ2018)	90	4,01	3,30	29,15	162,32	0,06	0,03		20,8	10,35	37,03	6,21	0,52											
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ(ЯБЛОЧНЫЙ)	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80											
Итого по подменю:														4,01	3,30	52,15	254,32	0,08	0,07	4,00	20,8	24,35	51,03	14,21	3,32

Итого на день: 0,00 руб. 143,88 121,33 531,62 3768,55 2,01 3,24 145,78 719,9 2042,48 3684,58 785,48 38,43

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	36,92	21,24	52,96	39,82
Обед (30 - 35 %)	41,77	32,18	29,86	32,19
Полдник (10 %)	5,21	4,18	15,57	10,82
Итого за день (60 - 70 %)	83,90	57,59	98,39	82,84

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

Директор Сидорова /Якун В.В./

Зав. производ. \_\_\_\_\_ / /

Калькулятор Сидорова

Шарафиева А.А. /

**День 10**

**Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.**

№ рач.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак №1</b>														
84 СБ 2018Г	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 2-й ЗАР(СБ2018)	15186	5,11	0,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,0	16,95	99,20	9,45	0,33
288 СБ 2012г.	КАША "НАТУРАЛ" ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ.	200	8,41	12,20	39,46	296,11	0,22	0,22	3,59	79,2	169,62	210,55	52,74	1,72
482 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й ВАРНАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78
108 СБ 2013	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:			28,58	23,51	71,90	566,92	0,30	0,45	5,00	163,2	314,14	428,47	89,19	3,05

**Завтрак №2**

1 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАЛУТЫ(СБ2018)	40	1,56	3,70	9,04	76,48	0,05	0,06	25,23		39,36	45,28	28,51	0,70
412 СБ 2012г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПШЕННЫЕ.	40	14,51	13,86	9,08	218,51	0,09	0,14	1,64	46,7	55,09	142,10	19,14	1,20
268 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	160	5,54	6,19	16,01	221,91	0,09	0,03		39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
487 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			19,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			24,79	23,96	83,22	651,47	0,25	0,24	26,97	86,2	128,61	256,22	63,59	3,88

**Завтрак №3/ОБД**

108 СБ 2012г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	13,60	12,00	0,54
172 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПШЕННЫЕ (СБ2018).	80	15,01	14,43	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12	1,55
258 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,03		39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
487 СБ 2012Г	ЧАЙ/ОБД.(СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10		9,60	8,25	4,60	0,82
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			22,79	20,84	57,69	511,97	0,27	0,24	17,22	80,0	116,01	280,39	55,25	4,44

**Обед №1**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	квал		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
32 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,64	70,13	0,02	0,06	8,85	17,7	40,59	83,62	23,28	1,31		
136 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)	200	10,30	8,08	10,66	156,94	0,09	0,15	15,39	29,6	68,03	141,66	31,60	1,73		
341 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	60	14,78	13,37	10,52	221,87	0,06	0,16	0,86	24,6	30,43	157,94	18,95	2,11		
388 СБ 2018Г	ФРИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)	160	9,56	9,68	32,08	253,86	1,28	0,61	4,58	265,3	57,09	1492,57	440,25	12,63		
488 СБ 2018Г	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(СБ2018)	200	0,08	0,09	11,95	46,81	0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,87		
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22		
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		
Итого по подзаголовку:			41,43	36,48	97,21	487,29	1,50	1,00	31,76	337,4	206,32	1912,23	523,90	19,09		

### Обед №2/ОБД

32 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,64	70,13	0,02	0,06	8,85	17,7	40,59	83,62	23,28	1,31
136 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)	200	10,30	8,08	10,66	156,94	0,09	0,15	15,39	29,6	68,03	141,66	31,60	1,73
341 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	60	14,78	13,37	10,52	221,87	0,06	0,16	0,86	24,6	30,43	157,94	18,95	2,11
388 СБ 2018Г	ФРИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)	160	9,56	9,68	32,08	253,86	1,28	0,61	4,58	265,3	57,09	1492,57	440,25	12,63
488 СБ 2018Г	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(СБ2018)	200	0,08	0,09	11,95	46,81	0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,87
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подзаголовку:			39,85	36,28	87,69	940,09	1,48	0,99	31,76	337,4	204,32	1899,23	521,10	18,87

### Полдник

643 СБ 2018Г	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ (СБ2018)	60	5,31	5,67	35,07	212,53	0,08	0,05		41,2	13,69	58,68	8,05	0,70
648 СБ 2013	БЛИНДОК	200	6,60	5,00	11,00	118,20	0,48	0,40	1,40	48,0	216,00	188,00	32,00	0,20
Итого по подзаголовку:			12,11	10,67	46,07	328,73	0,56	0,45	1,40	89,2	229,69	238,68	40,05	0,90

Итого за день: 0,00 руб. 159,55 151,73 463,78 376,47 4,36 3,37 114,11 1085,6 1201,09 5015,22 1293,07 50,23

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	24,13	29,76	21,46	24,12
Обед (30 - 35 %)	53,81	46,18	29,02	37,76
Полдник (10 %)	14,43	13,51	12,86	13,31
Итого за день (60 - 70 %)	92,36	89,44	63,34	75,19

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

Директор Якут В.В.

Зав. производ.        / /

Калькулятор

Шарафиева А.А. /

**День 11**

**Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.**

№ 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 №1</b>																
187 СБ 2018г.	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРЕННЫЕ(СЕЛ'ГОРСБ2018).	60	3,00	0,12	4,98	33,00	0,20	0,11	15,00			19,60	67,20	22,80	0,42	
201 СБ 2018г.	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018)	285	9,46	16,93	51,88	397,72	0,13	0,06	0,04	88,1	36,68	103,30	103,30	15,56	1,38	
488 СБ 2018г.	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90		
188 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,38	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22		
Итого по подменю:			15,49	18,50	78,83	545,09	0,37	0,26	15,79	95,1	126,38	235,75	52,56	2,92		

**Завтрак №2**

	БЛЮДО С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ.	48	5,34	3,52	2,78	64,11	0,12	0,19	6,70	75,0	26,98	82,32	15,84	0,96	
281 СБ 2018г.	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018)	208	9,46	16,93	51,88	397,72	0,13	0,06	0,04	88,1	36,68	103,30	103,30	15,56	1,38
489 СБ 2018г.	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90	
189 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,09	2,80	0,22	
Итого по подменю:			17,83	21,90	76,63	576,20	0,29	0,34	9,49	173,1	137,76	261,87	45,50	3,46	

**Завтрак №3/Обд**

174 СБ 2018г.	СЫР ПОЛУТВЕРДИТЕЛЬНЫЙ	30	5,12	5,22		67,46		0,04	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09	
284 СБ 2018г.	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ2018)	180	14,51	15,56	3,70	233,33	0,10	0,53	0,81	262,5	132,94	248,90	20,93	2,48	
490 СБ 2018г.	ЧАЙ С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,43	1,25	2,47	27,27	0,02	0,08	0,75	10,0	69,60	53,25	11,40	0,67	
189 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62	
Итого по подменю:			22,66	22,15	15,09	352,30	0,14	0,66	1,63	295,5	216,34	382,35	42,33	4,17	

**Обед №1**

88 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОПЕНОГУРЦАМИ	60	1,03	3,16	6,77	60,12	0,05	0,04	11,85		15,73	28,70	13,22	0,49	
96 СБ 2018г.	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (СБ2018)	2008	9,92	9,43	9,75	157,68	0,07	0,11	10,37	8,0	40,80	124,52	28,74	2,10	



№ п/п	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		
201 СБ 201БГ	МЯСО ТУШЕНОЕ С ВИНИНА (СБ201С)	90	10,76	28,50	2,50	309,59	0,39	0,11	2,16				18,11	129,26	182,39	1,48
202 СБ 201БГ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ201В)	160	9,22	7,36	43,67	269,76	0,31	0,19	9,25	35,6			28,92	221,16	146,61	5,00
404 СБ 401БГ	КОМПЛОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ КУРАГИ (СБ201В)	200	1,05	0,06	20,21	86,67	0,02	0,04	1,20				32,70	29,42	21,12	0,68
108 СБ 201Б	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,68	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 201Б	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,94	68,48	0,02	0,01					4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по полднику:			36,72	48,95	108,26	1029,50	0,88	0,47	30,83	43,4	144,86	566,26	399,88	10,56		

Итого по полднику:

### Обед №202В

3 СБ 201БГ	САЛАТ ИЗ ВКАЛУТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ201В)	40	0,65	6,12	3,79	72,85	0,03	0,03	26,99				30,92	20,43	11,77	1,19
94 СБ 201БГ	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (СБ201В)	200	9,92	9,63	9,75	157,68	0,07	0,11	10,97	9,0			40,80	124,52	28,74	2,10
121 СБ 201БГ	МЯСО ТУШЕНОЕ С ВИНИНА (СБ202С)	90	10,76	28,50	2,50	309,59	0,39	0,11	2,16				18,11	129,26	182,39	1,48
202 СБ 201БГ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ201В)	160	9,22	7,36	43,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4			28,92	221,16	146,61	5,00
404 СБ 201БГ	КОМПЛОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ КУРАГИ (СБ201В)	200	1,05	0,11	28,68	126,29	0,04	0,07	1,88				59,90	59,24	36,97	1,22
108 СБ 201Б	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,94	68,48	0,02	0,01					4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по полднику:			35,64	51,76	104,43	1024,64	0,86	0,48	46,65	43,4	183,25	569,81	413,48	12,59		

Итого по полднику:

### Полдник

648 СБ 201БГ	ШАМЕХА С КАРТОФЕЛЕМ (СБ201В)	60	3,32	4,64	21,97	142,58	0,06	0,06	6,73	30,7			17,45	89,33	12,29	0,64
601 СБ 201БГ	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДН	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00				14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по полднику:			3,32	4,64	44,97	234,58	0,10	0,10	10,73	30,7	31,45	63,33	20,29	3,44		

Итого по полднику:

Итого за день: 0,00 руб. 131,66 167,90 428,21 3752,31 2,64 2,31 115,12 694,3 840,04 2080,37 974,14 36,16

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,12	23,42	23,53	23,20
Обед (30 - 35 %)	47,69	61,96	32,32	43,38
Полдник (10 %)	4,31	5,87	13,42	9,98
Итого за день (60 - 70 %)	72,12	91,25	69,27	76,56

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,3:6,2

Директор Ахсун В.В.

Зав. производ.

Калькулятор

Шарифеев А.А.

День 12

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

№ 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 №1</b>														
69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	2015	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
226 СБ 2018Г	КАША "ДРУЖБА"(СБ2018)	200	5,34	7,42	26,33	194,16	0,14	0,17	1,44	49,9	127,76	166,68	40,48	0,74
484 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,43	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08
109 СБ 2013	ВЛОТЫН.	2 шт												
108 СБ 2013	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:			10,03	21,46	57,87	467,79	0,20	0,28	2,09	148,4	197,86	240,53	53,08	1,29

**Завтрак №2**

69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	2015	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
226 СБ 2012г.	СЫРНЫЙ ИЗ ТВОРОГА СО СЛУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (СБ2018)	180/30	33,55	10,38	51,10	394,48	0,11	0,39	1,00	58,5	333,73	359,91	46,23	1,06
484 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08
112 СБ 2018г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
108 СБ 2013	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:			38,64	24,92	92,44	712,51	0,20	0,52	11,65	157,0	419,83	484,66	67,83	3,81

**Завтрак №3/Обд**

69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	2015	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
226 СБ 2018Г	КАША "ДРУЖБА"(СБ2018)	200	5,34	7,42	26,33	194,16	0,14	0,17	1,44	49,9	127,76	166,68	40,48	0,74
484 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,43	1,26	2,40	27,17	0,02	0,08	0,65	10,0	60,00	45,00	7,00	0,08
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			10,03	21,38	47,29	424,93	0,20	0,28	2,09	148,4	198,16	248,73	55,28	1,66

**Обед №1**

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мкг				Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	Вит		В1	В2	С	А, мкг	Св	Р	Mg	Fe		
																Б	Ж
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	80	2,09	3,69	12,56	94,56	0,08	0,04	15,36					47,36	80,61	25,01	1,28
108 СБ 2018Г	ШИ ПО-УРАЛЬСКИ КРУПЮЙ(СБ2018)	200	5,55	4,54	18,37	137,84	0,13	0,14	44,75					44,42	91,24	48,37	2,20
343 СБ 2013Г	РЫБА(ГОРБУША), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,98	9,45	4,53	159,08	0,15	0,13	6,74	18,3				27,95	151,03	31,09	0,82
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ГЮРЕ (СБ2018)	180	3,30	6,59	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6				43,07	97,68	33,30	1,23
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЬИХ(МЯСНА)	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02						16,45	25,80	6,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01						4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01						4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			30,12	25,19	113,96	508,83	0,60	0,48	93,24	62,9	187,87	480,56	153,97	7,02			

Итого по подменю:

**Обед №2(ОРД)**

47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	80	2,09	3,69	12,56	94,56	0,08	0,04	15,36					47,36	80,61	25,01	1,28
108 СБ 2018Г	ШИ ПО-УРАЛЬСКИ КРУПЮЙ(СБ2018)	200	5,55	4,54	18,37	137,84	0,13	0,14	44,75					44,42	91,24	48,37	2,20
343 СБ 2013Г	РЫБА(ГОРБУША), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,98	9,45	4,53	159,08	0,15	0,13	6,74	18,3				27,95	151,03	31,09	0,82
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ГЮРЕ (СБ2018)	180	3,30	6,59	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6				43,07	97,68	33,30	1,23
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЬИХ(МЯСНА)	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02						16,45	25,80	6,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01						4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			28,54	24,91	103,84	758,67	0,58	0,47	93,24	62,9	183,87	467,56	151,17	6,80			

Итого по подменю:

**Полдник**

843 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ДОРОЖНИК(СБ2018)	40	4,20	9,52	35,33	243,80	0,07	0,03		61,3				10,18	37,88	6,59	0,54
818 СБ 2013	СНЕЖОК	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0				240,00	160,00	28,00	0,20
Итого по подменю:			10,00	14,52	43,33	344,00	0,15	0,37	1,40	101,3	250,18	217,98	34,59	0,74			

Итого по подменю:

Итого за день: 0,00 руб. 127,36 132,26 458,73 3516,73 1,93 2,40 203,71 681,0 1437,77 2160,02 315,92 21,92

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белок, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	13,03	27,16	17,27	19,91
Обед (30 - 35 %)	39,12	31,89	34,02	34,42
Полдник (10 %)	12,99	18,38	12,93	14,64
Итого за день (60 - 70 %)	65,13	77,43	64,23	68,96

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,2:4,3

Директор Ансам В.В.

Зав. производ. / /

Калькулятор Шарафиева А.А.

## ООО КП "Вкус и качество"

## Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделения: Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>День 1</b>			<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
<b>Завтрак №1</b>			Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)/НБ</b>			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)		
Выход: 20/20Б, № рец.: 90 СБ 2013г., Порций: 1,00			0,0200		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020	ВЫХОД	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005	<b>ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)</b>		
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020	Выход: ШТ, № рец.: 52 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВЫХОД	0,0450	0,045	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
<b>КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)</b>			0,1000		
Выход: 200, № рец.: 217 СБ 2018Г, Порций: 1,00			0,100		
МОЛОКО	0,0900	0,090	<b>ПРЯНИК</b>		
ВОДА	0,0660	0,066	Выход: шт, № рец.: 589 СБ 2013, Порций: 1,00		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0440	0,044	ПРЯНИКИ		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005	0,0300		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001	0,030		
САХАР-ПЕСОК	0,0050	0,005	<b>Завтрак №2/ОВД</b>		
ВЫХОД	0,2000	0,200	<b>ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я120(СБ2018)</b>		
<b>ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)</b>			Выход: 120, № рец.: 62 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
Выход: 200, № рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		
ВОДА	0,1500	0,150	0,1200		
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010	<b>КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)ОВД(СБ2018)</b>		
ВЫХОД	0,2000	0,200	Выход: 200, № рец.: 217 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>			МОЛОКО		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА			0,0900		
ВОДА	0,0540	0,054	ВОДА		
ВЫХОД	0,0500	0,050	0,0660		
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>			РИС КРУГЛЫЙ		
Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00			0,0440		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
ВЫХОД	0,0200	0,020	0,0050		
<b>ПРЯНИК</b>			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
Выход: шт, № рец.: 589 СБ 2013, Порций: 1,00			0,0010		
ПРЯНИКИ	0,0300	0,030	ВЫХОД		
<b>Завтрак №2</b>			0,2000		
<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)/НБ</b>			<b>ЧАЙ/ОВД (СБ2018)</b>		
Выход: 20/20Б, № рец.: 90 СБ 2013г., Порций: 1,00			Выход: 200, № рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020	ВОДА		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005	0,1500		
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020	ВЫХОД		
ВЫХОД	0,0450	0,045	0,2000		
<b>КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)</b>			<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
Выход: 200, № рец.: 217 СБ 2018Г, Порций: 1,00			<b>ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА</b>		
МОЛОКО	0,0900	0,090	ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА		
ВОДА	0,0660	0,066	0,0010		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0440	0,044	ВОДА		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005	0,0540		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001	ВЫХОД		
САХАР-ПЕСОК	0,0050	0,005	0,0500		
ВЫХОД	0,2000	0,200	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
<b>ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)</b>			Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
Выход: 200, № рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)		
ВОДА	0,1500	0,150	0,0400		
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010	ВЫХОД		
ВЫХОД	0,2000	0,200	0,0400		
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>			<b>Обед №1</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА			<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)</b>		
ВОДА	0,0540	0,054	Выход: 50, № рец.: 1 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВЫХОД	0,0500	0,050	КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ		
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>			0,0470		
Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020	0,0030		
ВЫХОД	0,0200	0,020	ЛИМОННАЯ КИСЛОТА		
<b>ПРЯНИК</b>			0,0030		
Выход: шт, № рец.: 589 СБ 2013, Порций: 1,00			САХАР-ПЕСОК		
ПРЯНИКИ	0,0300	0,030	0,0030		
<b>Завтрак №2</b>			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)/НБ</b>			0,0002		
Выход: 20/20Б, № рец.: 90 СБ 2013г., Порций: 1,00			ВЫХОД		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020	0,0600		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005	<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020	<b>МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%</b>		
ВЫХОД	0,0450	0,045	0,0054		
<b>КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)</b>			<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С</b>		
Выход: 200, № рец.: 217 СБ 2018Г, Порций: 1,00			Выход: 200, № рец.: 130 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0900	0,090	БУЛЬОН ИЛИ ВОДА		
ВОДА	0,0660	0,066	0,1700		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0440	0,044	ЛУК РЕПЧАТЫЙ		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005	0,0081		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ		
САХАР-ПЕСОК	0,0050	0,005	0,0080		
ВЫХОД	0,2000	0,200	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
<b>ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)</b>			0,0020		
Выход: 200, № рец.: 457 СБ 2018Г, Порций: 1,00			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		
ВОДА	0,1500	0,150	0,0012		
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010	ВЫХОД		
ВЫХОД	0,2000	0,200	0,2000		
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>			<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА			КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%		
ВОДА	0,0540	0,054	0,0400		
ВЫХОД	0,0500	0,050	<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>			<b>МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%</b>		
Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00			0,0078		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040	0,008		
ВЫХОД	0,0400	0,040			



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

<b>КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".</b>		
Выход: 90, Н рец.: 347 СБ 2018г, Порция: 1,00		
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0360	0,036
КУРАТУШКА	0,0324	0,032
МОЛОКО	0,0153	0,015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0180	0,018
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0090	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1129	0,113
ВЫХОД	0,0900	0,090

<b>РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ(СБ2018)</b>		
Выход: 150, Н рец.: 178 СБ 2018г, Порция: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0450	0,045
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0801	0,080

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0233	0,023

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО	0,0225	0,023
МУКА В/С	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0225	0,023

<b>НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"</b>		
Выход: 200, Н рец.: 807 СБ 2018г, Порция: 1,00		
ВОДА	0,2000	0,200
СМЕСЬ СУХАЯ "ВИТОШКА" С	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.</b>		
Выход: 40, Н рец.: 105 СБ 2013, Порция: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, Н рец.: 109 СБ 2013, Порция: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

Обед №2(ОВД)

<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ(ОВД) (СБ2018)</b>		
Выход: 50, Н рец.: 1 СБ 2018г, Порция: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0474	0,047
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0038	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0500	0,050

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0054	0,005

<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (СБ2018)</b>		
Выход: 200, Н рец.: 124 СБ 2018г, Порция: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1400	0,140
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД	0,2200	0,220

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0900	0,090

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0078	0,008

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

<b>КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".</b>		
Выход: 90, Н рец.: 347 СБ 2018г, Порция: 1,00		
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0360	0,036
КУРАТУШКА	0,0324	0,032
МОЛОКО	0,0153	0,015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0180	0,018
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0090	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1129	0,113
ВЫХОД	0,0900	0,090

<b>РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ(СБ2018)</b>		
Выход: 150, Н рец.: 178 СБ 2018г, Порция: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0450	0,045
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0120	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0801	0,080

<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0233	0,023

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО	0,0225	0,023
МУКА В/С	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0225	0,023

<b>НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"</b>		
Выход: 200, Н рец.: 807 СБ 2018г, Порция: 1,00		
ВОДА	0,2000	0,200
СМЕСЬ СУХАЯ "ВИТОШКА" С	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ.</b>		
Выход: 40, Н рец.: 109 СБ 2013, Порция: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

Поддник

<b>ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (СБ2018)</b>		
Выход: 50, Н рец.: 530 СБ 2018г, Порция: 1,00		
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0005	0,001
ПОВИДЛО	0,0390	0,039
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0005	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0005	0,001
ВЫХОД ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ	0,0600	0,060

<b>Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЕБНОЕ НА РАСТ.МАСЛЕ</b>		
МУКА В/С	0,0260	0,026
САХАР-ПЕСОК	0,0028	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
ЯЙЦА	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	
ДРОЖЖИ	0,0009	0,001
ВОДА	0,0513	0,051
ВЫХОД	0,0460	0,046
ВЛАЖНОСТЬ,%	1,5180	1,518

<b>СОК ФРУКТОВЫЙ/ГРУШЕВЫЙ</b>		
Выход: 200, Н рец.: 501 СБ 2018г, Порция: 1,00		
СОК ГРУШЕВЫЙ г	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

День 2

Завтрак №1

<b>ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)</b>		
Выход: ШТ, Н рец.: 267 СБ 2018г, Порция: 1,00		
ЯЙЦА	0,0605	0,060

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,004
ВЫХОД	0,0600	0,060
<b>КАША ИЗ ХЛОП.ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ(СБ2018)</b>		
Выход: 150, Н рец.: 247 СБ 2013г., Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0825	0,083
ВОДА	0,0405	0,041
ГЕРКУЛЕС ХЛОПЬЯ	0,0333	0,033
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0028	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
САХАР-ПЕСОК	0,0038	0,004
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)</b>		
Выход: 200г, Н рец.: 459 СБ 2018г. Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОН	0,0072	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

<b>ПЛОШКА С САХАРОМ (ПОКРОВСКИЙ)</b>		
Выход: ШТ. Н рец.: , Порций: 1,00		
ПЛОШКА С САХАРОМ ПОКРОВСКИЙ	1,0000	1,000

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### Завтрак №2

<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)</b>		
Выход: 60, Н рец.: 107 СБ 2013г., Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

<b>СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ (СБ2018)</b>		
Выход: 90, Н рец.: 348 СБ 2018г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1044	0,104
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0038	0,004
МАССА ВАРЕННОЙ ПЕЧЕНИ	0,0558	0,056
ЯЙЦА	0,0180	0,018
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО	0,0225	0,023
МУКА В/С	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0225	0,023

<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)</b>		
Выход: 150, Н рец.: 258 СБ 2018г, Порций: 1,00		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0510	0,051
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0067	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0026	0,003
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)</b>		
Выход: 200г, Н рец.: 459 СБ 2018г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОН	0,0072	0,007
ВЫХОД	0,2070	0,207

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД	0,0500	0,050

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 40, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Завтрак №3/ОВД

<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы)</b>		
Выход: 60, Н рец.: 108 СБ 2013г., Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

<b>СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ (СБ2018)</b>		
Выход: 90, Н рец.: 348 СБ 2018г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1044	0,104
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0038	0,004
МАССА ВАРЕННОЙ ПЕЧЕНИ	0,0558	0,056
ЯЙЦА	0,0180	0,018
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

<b>Вх. рецепт: СОУС МОЛОЧНЫЙ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ</b>		
МОЛОКО	0,0225	0,023
МУКА В/С	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0225	0,023

<b>КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИРНАЯ)</b>		
Выход: 150, Н рец.: 252 СБ 2013г, Порций: 1,00		
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0333	0,033
ВОДА	0,1230	0,123
МАССА КАШИ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0070	0,008
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0037	0,004
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ(ОВД)(СБ2018)</b>		
Выход: 200г, Н рец.: 459 СБ 2018г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
ЛИМОН	0,0072	0,007
ВЫХОД	0,2070	0,207

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

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ(СБ2018)</b>		
Выход: 40, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Обед №1

<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)</b>		
Выход: 60, Н рец.: 28 СБ 2018г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД	0,0600	0,060

<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0570	0,057

<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ</b>		
Выход: 200г, Н рец.: 144 СБ 2013г, Порций: 1,00		
ГОРОХ	0,0160	0,016
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0020	0,002



Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008	РИС ПРОПАРЕННЫЙ	0,0945	0,093
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004	МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,1280	0,126
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1304	0,130	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,001	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0090	0,008
ВЫХОД	0,2000	0,200	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0080	0,009
<b>Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА</b>			МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2000	0,200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0150	0,016	ВЫХОД	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,0100	0,010	<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>			МОРКОВЬ 01.09-31.12.20%	0,0130	0,013
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.12.20%	0,0500	0,050	<b>КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ КУРАГИ (СБ2018)</b>		
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			Выход: 200, Н рец.: 494 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОРКОВЬ 01.09-31.12.20%	0,0080	0,008	КУРАГА	0,0200	0,020
<b>ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (СБ2018)</b>			ВОДА	0,2030	0,203
Выход: 180, Н рец.: 375 СБ 2018Г, Порций: 1,00			САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ФИЛЕ ПТИЦЫ	0,0730	0,074	ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001
РИС ПРОПАРЕННЫЙ	0,0403	0,040	ВЫХОД	0,2000	0,200
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,1134	0,113	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0083	0,008	Выход: 40, Н рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0072	0,007	ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	0,000	ВЫХОД	0,0400	0,040
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1800	0,180			
ВЫХОД	0,1800	0,180	<b>Полдник</b>		
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			<b>БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"(СБ2018)</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12.20%	0,0117	0,012	Выход: 60, Н рец.: 642 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
<b>КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ КУРАГИ (СБ2018)</b>			МУКА В/С	0,0390	0,039
Выход: 200, Н рец.: 494 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ВОДА	0,0170	0,017
КУРАГА	0,0200	0,020	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,009
ВОДА	0,2030	0,203	САХАР-ПЕСОК	0,0066	0,007
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010	САХАР (ДЛЯ ОТДЕЛКИ)	0,0020	0,002
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001	ЯЙЦА	0,0012	0,001
ВЫХОД	0,2030	0,200	МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0009	0,001
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0009	0,001
Выход: 40, Н рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00			ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0005	0,001
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВЫХОД	0,0400	0,040	ДРОЖЖИ	0,0001	
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>			ВЫХОД	0,0400	0,040
Выход: 20, Н рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00			<b>КЕФИР</b>		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020	Выход: 200, Н рец.: 516 СБ 2013, Порций: 1,00		
ВЫХОД	0,0200	0,020	КЕФИР Л	0,2000	0,200
<b>Обед №2/ОВД</b>			<b>День 3</b>		
<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)</b>			<b>Завтрак №1</b>		
Выход: 60, Н рец.: 39 СБ 2018Г, Порций: 1,00			<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ/2-Й ВАР(СБ2018)</b>		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003	Выход: 16/15/5, Н рец.: 64 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВЫХОД	0,0000	0,000	БАТОН ВИНКЛЕР	0,0150	0,015
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0150	0,015
СВЕКЛА 01.09-31.12.20%	0,0570	0,057	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (СБ2018)</b>			ВЫХОД	0,0350	0,035
Выход: 250, Н рец.: 114 СБ 2018Г, Порций: 1,00			<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)</b>		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1625	0,163	Выход: 200, Н рец.: 221 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	0,0280	0,028	МОЛОКО	0,0950	0,096
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,005	ВОДА	0,1600	0,160
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0013	0,001	КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0500	0,050
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,003
ВЫХОД	0,2900	0,250	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>			ВЫХОД	0,2000	0,200
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.12.20%	0,0524	0,062	<b>ЧАЙ КАРКАДЕ</b>		
<b>Вх. рецепт: ЛУК ПАССЕРОВАННЫЙ</b>			Выход: 200, Н рец.: 481 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0240	0,024	ВОДА	0,1500	0,150
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,004	САХАР-ПЕСОК	0,0350	0,015
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>			<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА (КАРКАДЕ)</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12.20%	0,0090	0,010	ЧАЙ КАРКАДЕ ЮГ	0,0010	0,001
<b>ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (СБ2018)</b>			ВОДА	0,0540	0,054
Выход: 200, Н рец.: 375 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ВЫХОД	0,0500	0,050
ФИЛЕ ПТИЦЫ	0,0820	0,082			

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

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2018)**

Выход: 140, № рец.: 82 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ГРУШИ	0,1400	0,140
ВЫХОД	0,1400	0,140

**Завтрак №2**
**БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (2ВАР.)И/Б**

Выход: 16/16/5, Ч рец.: 91 СБ 2013г., Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0150	0,015
ВЫХОД	0,0350	0,035

**КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)**

Выход: 200, № рец.: 221 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МОЛОКО	0,0960	0,096
ВОДА	0,1600	0,160
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0500	0,050
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200

**ЧАЙ КАРКАДЕ**

Выход: 200, № рец.: 481 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1500	0,150
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,015
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА (КАРКАДЕ)		
ЧАЙ КАРКАДЕ КТ	0,0040	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД	0,0500	0,050

**ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2018)**

Выход: 140, № рец.: 82 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ГРУШИ	0,1400	0,140
ВЫХОД	0,1400	0,140

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Завтрак №3/ОВД**
**ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2018)**

Выход: 140, № рец.: 82 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ГРУШИ	0,1400	0,140
ВЫХОД	0,1400	0,140

**СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА/ОВД (СБ2018)**

Выход: 160, № рец.: 320 СБ 2013г., Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1350	0,135
КРУПА МАИНАЯ	0,0110	0,011
МУКА В/С	0,0100	0,010
ЯЙЦА	0,0050	0,005
СМЕТАНА	0,0050	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВАНИЛИН	0,0001	0,0001
ВЫХОД	0,1500	0,150

**СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ/ОВД (СБ2021)**

Выход: 30, № рец.: 406 СБ 2021г, Порций: 1,00

МОЛОКО	0,0225	0,023
ВОДА	0,0075	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0012	0,001
МУКА В/С	0,0019	0,001
ВАНИЛИН		

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

**ВЫХОД**

0,0300 0,030

**ЧАЙ КАРКАДЕ/ОВД**

Выход: 200, № рец.: 481 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1500	0,150
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА (КАРКАДЕ)		
ЧАЙ КАРКАДЕ КТ	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД	0,0500	0,050

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

**Обед №1**
**ИКРА**

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

КАБАЧКОВАЯ ИКРА	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

**БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ\***

Выход: 260/10, № рец.: 128 СБ 2013г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0300	0,030
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0025	0,001
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
САХАР-ПЕСОК	0,0025	0,001
УКСУС	0,0040	0,004
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,2000	0,200
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
СМЕТАНА	0,0100	0,010
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,2600	0,260

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ 01.08-31.12 20% 0,0100 0,010

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА 01.08-31.12 20% 0,0400 0,040

**РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)**

Выход: 90, № рец.: 300 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ ПБГ	0,0750	0,074
МУКА В/С	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ЖАРеной РЫБЫ	0,0620	0,060
ЯЙЦА	0,0250	0,025
МОЛОКО	0,0150	0,015
МУКА В/С	0,0040	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

**КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)**

Выход: 160, № рец.: 377 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МОЛОКО	0,0225	0,023
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД	0,1500	0,150

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.08-31.10 20% 0,1305 0,131

**КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМА**

Выход: 200, № рец.: 348 СБ 2017, Порций: 1,00

ИЗЮМ	0,0200	0,020
МАССА ОТВАРНЫХ ЯГОД	0,0320	0,032
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,016
ВОДА	0,2020	0,202
ВЫХОД	0,2000	0,200





Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВОДА	0,1065	0,107
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0729	0,073
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0037	0,004
ВЫХОД	0,1800	0,180

#### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

Выход: 200, N рец.: 501 СБ 2013г., Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО	0,1000	0,100
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### Завтрак №3/ОБД

#### ОБОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ

Выход: 60, N рец.: 187 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	0,0500	0,050
МАССА ВАРЕНых ЗЕРЕН	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

#### КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).

Выход: 90, N рец.: 372 СБ 2018Г., Порций: 1,00

КУРАТУШКА)	0,0682	0,068
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0192	0,019
МОЛОКО	0,0238	0,024
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0038	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1026	0,103
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0026	0,003
МАССА ГОТОВых КОТЛЕТ	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

#### КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018)

Выход: 160, N рец.: 202 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ВОДА	0,1065	0,107
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0729	0,073
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0037	0,004
ВЫХОД	0,1800	0,180

#### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

Выход: 200, N рец.: 501 СБ 2013г., Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО	0,1000	0,100
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, N рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Обед №1

#### ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).

Выход: 60, N рец.: 47 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕНые	0,0167	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0134	0,013
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
ВЫХОД	0,0800	0,080

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 30%	0,0209	0,021
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0093	0,009
-------------------------	--------	-------

Ох. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0160	0,016

#### СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)

Выход: 250, N рец.: 120 СБ 2018Г., Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,2575	0,258
ЛАПША ЯИЧНАЯ	0,0200	0,020
МАССА ВАРЕНой ЛАПШИ	0,0500	0,050
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0301	0,030
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0080	0,009
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0024	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,002
ВЫХОД	0,2500	0,250

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0088	0,009
-------------------------	--------	-------

#### ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(СБ2018).

Выход: 60, N рец.: 348 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ГОВЯДИНА 1-ой КАТЕГОРИИ	0,0630	0,063
ВОДА	0,0126	0,013
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0126	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1020	0,103
ВЫХОД	0,0900	0,090

Вх. рецепт: ЛУК ПАСОБРОВАННЫЙ

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0268	0,029
--------------	--------	-------

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0043	0,004
--------------------	--------	-------

#### РИС ПРИПУЩЕННЫЙ

Выход: 150, N рец.: 415 СБ 2013г., Порций: 1,00

РИС ПРОПАРЕНный	0,0520	0,052
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1000	0,100
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0067	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВЫХОД	0,1500	0,150

#### КОМПОТ ИЗ СБЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)

Выход: 200, N рец.: 488 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0200	0,020
ВОДА	0,1920	0,192
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### Обед №2/ОБД

#### ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).

Выход: 60, N рец.: 47 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕНые	0,0137	0,016
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0134	0,013
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0020	0,002
ВЫХОД	0,0800	0,080

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 30%	0,0209	0,021
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0093	0,009
-------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0160	0,016
------------------------	--------	-------

#### СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПой/СМЕТАНОЙ

Выход: 250/10, N рец.: 184 СБ 2013г., Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0300	0,030
----------------------	--------	-------



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0300	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,2000	0,200
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
СМЕТАНА	0,0100	0,010
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,2500	0,250
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0250	0,025
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0100	0,010

<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(СБ2018).</b>		
Выход: 90, № рец.: 348 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0630	0,063
ВОДА	0,0126	0,013
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0126	0,013
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,0004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1026	0,103
ВЫХОД	0,0906	0,090
<b>Вх. рецепт: ЛУК ПАССЕРОВАННЫЙ</b>		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0288	0,029
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0043	0,004

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ/ОВД(СБ2018).</b>		
Выход: 160, № рец.: 380 СБ 2018, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,1575	0,158
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0070	0,007
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0088	0,009
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0032	0,003
МУКА ВС	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
ВЫХОД	0,1580	0,158
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0059	0,006

<b>КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)</b>		
Выход: 200, № рец.: 488 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0200	0,020
ВОДА	0,1920	0,192
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	0,0002
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ,</b>		
Выход: 60, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

#### Полдник

<b>БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" (СБ2018)</b>		
Выход: 60, № рец.: 543 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МУКА ВС	0,0440	0,045
ВОДА	0,0120	0,012
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ЯЙЦА	0,0042	0,004
САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003
ДРОЖЖИ	0,0002	0,0002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0005	0,001
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0003	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0003	0,001
ВАНИЛИН	0,0001	0,0001

<b>СНЕЖОК</b>		
Выход: 200, № рец.: 618 СБ 2013, Порций: 1,00		
СНЕЖОК Л	0,2000	0,200

#### День 5

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>Завтрак №1</b>		
<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ТВАР.)Н/Б</b>		
Выход: 20/2015, № рец.: 90 СБ 2013г., Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0450	0,045

<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)</b>		
Выход: 200, № рец.: 223 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0960	0,096
ВОДА	0,0640	0,064
КРУПА ПШЕНО	0,0494	0,049
САХАР-ПЕСОК	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАССА КАШИ	0,1920	0,192
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"</b>		
Выход: 200, № рец.: 616 СБ 2013, Порций: 1,00		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0000	0,001
КОНЦЕНТРАТ СУХОЙ СМЕСИ С	0,0100	0,010
ВОДА	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

<b>ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (СБ2018)</b>		
Выход: 100, № рец.: 470 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЙОГУРТ	0,1000	0,100
ВЫХОД	0,1000	0,100

#### Завтрак №2

<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ТВАР.)Н/Б</b>		
Выход: 20/2015, № рец.: 90 СБ 2013г., Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0450	0,045

<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018Г)</b>		
Выход: 200, № рец.: 223 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0960	0,096
ВОДА	0,0640	0,064
КРУПА ПШЕНО	0,0494	0,049
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0025	0,003
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"</b>		
Выход: 200, № рец.: 616 СБ 2013, Порций: 1,00		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0000	0,001
КОНЦЕНТРАТ СУХОЙ СМЕСИ С	0,0100	0,010
ВОДА	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140</b>		
Выход: ШТ, № рец.: 112 СБ 2013г., Порций: 1,00		
ГРУШИ	0,1400	0,140
ВЫХОД	0,1400	0,140

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### Завтрак №3/ОВД

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ ПОРЦИЯ (СБ2018)</b> Выход: 20, № рец.: 75 СБ 2018г., Порций: 1,00			<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ</b>	0,0510	0,051
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020	МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1440	0,144
ВЫХОД	0,0200	0,020	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0067	0,007
<b>КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ/ОВД(СБ2018Г)</b> Выход: 200, № рец.: 223 СБ 2018Г, Порций: 1,00			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0026	0,003
МОЛОКО	0,0960	0,096	ВЫХОД	0,1500	0,150
ВОДА	0,0640	0,064	<b>КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)</b> Выход: 200, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
КРУПА ПШЕНО	0,0494	0,049	ВОДА	0,2030	0,203
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0058	0,005	СУХОФРУКТЫ	0,0200	0,020
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0023	0,003	САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВЫХОД	0,2000	0,200	ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0003	
<b>ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"</b> Выход: 200, № рец.: 616 СБ 2013, Порций: 1,00			ВЫХОД	0,2000	0,200
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0006	0,001	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> Выход: 40, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
КОНЦЕНТРАТ СУХОЙ СМЕСИ С	0,0100	0,010	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВОДА	0,2000	0,200	ВЫХОД	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,2000	0,200	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00			ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0000	0,040	ВЫХОД	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0400	0,040			
<b>ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140</b> Выход: ШТ, № рец.: 112 СБ 2013г., Порций: 1,00			<b>Обед №2/ОВД</b>		
ГРУШИ	0,1400	0,140	<b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ</b> Выход: 80, № рец.: 73 СБ 2013г., Порций: 1,00		
ВЫХОД	0,1400	0,140	КУКУРУЗА КОНСЕРВ	0,0200	0,020
<b>Обед №1</b>			ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0160	0,016
<b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ</b> Выход: 80, № рец.: 73 СБ 2013г., Порций: 1,00			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0048	0,005
КУКУРУЗА КОНСЕРВ	0,0150	0,015	ВЫХОД	0,0800	0,080
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0120	0,012	Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004	КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 20%	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0600	0,060	Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ		
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ			МОРКОВЬ 01.08-31.12 20%	0,0200	0,020
КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 20%	0,0150	0,015	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(СБ2018)</b> Выход: 250, № рец.: 124 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ			БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1750	0,175
МОРКОВЬ 01.08-31.12 20%	0,0150	0,015	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0103	0,010
<b>СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(СБ2018)</b> Выход: 200, № рец.: 123 СБ 2018Г, Порций: 1,00			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0023	0,003
ВОДА	0,1600	0,160	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
КОНСЕРВЫ САЙРА	0,0320	0,032	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0013	0,002
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0064	0,006	ВЫХОД	0,2750	0,275
РИС КРУПНЫЙ	0,0048	0,004	Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003	КАРТОФЕЛЬ 01.08-31.10 20%	0,1125	0,113
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0013	0,001	Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП, ПЕТРУШКА)	0,0010	0,001	МОРКОВЬ 01.08-31.12 20%	0,0098	0,010
ВЫХОД	0,2000	0,200	<b>БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)</b> Выход: 80, № рец.: 372 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ			КУРА(ТУШКА)	0,0682	0,068
КАРТОФЕЛЬ 01.08-31.10 20%	0,0559	0,056	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0192	0,019
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			МОЛОКО	0,0258	0,026
МОРКОВЬ 01.08-31.12 20%	0,0125	0,013	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0038	0,004
<b>БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)</b> Выход: 80, № рец.: 372 СБ 2018Г, Порций: 1,00			МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1020	0,103
КУРА(ТУШКА)	0,0682	0,068	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0026	0,003
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0192	0,019	МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0900	0,090
МОЛОКО	0,0258	0,026	ВЫХОД	0,0900	0,090
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0038	0,004	<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)</b> Выход: 180, № рец.: 221 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1020	0,103	ВОДА	0,1200	0,120
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0026	0,003	КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0275	0,028
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0900	0,090	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0038	0,004
ВЫХОД	0,0900	0,090	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2010)</b> Выход: 160, № рец.: 268 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ВЫХОД	0,1500	0,150
ВОДА	0,2030	0,203	<b>КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ/ОВД (СБ2018)</b> Выход: 200, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
			ВОДА	0,2030	0,203



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
СУХОФРУКТЫ	0,0200	0,020
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Полдник

#### ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (СБ2018)

Выход: 60, № рец.: 540 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МУКА В/С	0,0005	0,001
СМЕТАНА	0,0006	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДИЯ	0,0008	0,001
ВЫХОД	0,0000	0,000

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%

	0,0333	0,033
--	--------	-------

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПЛО

МОЛОКО	0,0053	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0018	0,002
ВЫХОД	0,0336	0,034

Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СЛОБНОЕ (1 ВАРИАНТ)

МУКА В/С	0,0204	0,020
САХАР-ПЕСОК	0,0015	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0022	0,002
ЯЙЦА	0,0023	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ДРОЖЖИ	0,0002	
ВОДА	0,0054	0,005
ВЫХОД	0,0316	0,031
ВЛАЖНОСТЬ, %	1,0494	1,049

#### СОК ФРУКТОВЫЙ/РЕЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ

Выход: 200, № рец.: 601 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ Л	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### День 6

#### Завтрак №1

#### БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (2-й ВАРИАНТ)

Выход: 2015/5, № рец.: 95 СБ 2013г., Порций: 1,00

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,005
ПОВИДЛО	0,0000	0,020
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0350	0,013
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### КАША ИЗ ХЛОП.ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС"ВЯЗКАЯ(СБ2018)

Выход: 200, № рец.: 347 СБ 2013г., Порций: 1,00

МОЛОКО	0,1100	0,110
ВОДА	0,0540	0,054
ГЕРКУЛЕС ХЛОПЯ	0,0444	0,044
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0031	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
САХАР-ПЕСОК	0,0053	0,005
МАССА КАШИ	0,1920	0,192
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)

Выход: 200, № рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1000	0,100
МОЛОКО	0,0900	0,090
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВЫХОД	0,2000	0,200

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

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

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ МВО

Выход: шт, № рец.: 112 СБ 2013г., Порций: 1,00

МАНДАРИН	0,0300	0,030
ВЫХОД	0,0300	0,030

#### Завтрак №2

#### САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕИ.ОГУРЦАМИ(СБ2018)

Выход: 60, № рец.: 43 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0096	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД	0,0600	0,060

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 30%	0,0369	0,037
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0056	0,006
-------------------------	--------	-------

#### КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).

Выход: 90, № рец.: 379 СБ 2013Г, Порций: 1,00

КУРА(ТУШКА)	0,0675	0,068
МОЛОКО	0,0068	0,007
РИС КРУПНЫЙ	0,0065	0,007
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0297	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1050	0,105
ВЫХОД	0,0900	0,090

#### КАПУЦА ТУШЕНАЯ (СБ2018).

Выход: 180, № рец.: 380 СБ 2018, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,1575	0,158
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0072	0,007
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0093	0,009
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0068	0,007
САХАР-ПЕСОК	0,0043	0,005
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0032	0,003
МУКА В/С	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0000	0,001
ВЫХОД	0,1300	0,130

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0059	0,006
-------------------------	--------	-------

#### ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)

Выход: 200, № рец.: 467 СБ 2013Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1500	0,150
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВЫХОД	0,2000	0,200

Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА

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

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Завтрак №3/ОВД

#### САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕИ.ОГУРЦАМИ(СБ2018)

Выход: 60, № рец.: 43 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0096	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД	0,0600	0,060

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 20%	0,0369	0,037
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0056	0,006
<b>КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).</b>		
Выход: 80, N рец.: 371 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
КУРА(ТУШКА)	0,0675	0,068
МОЛОКО	0,0068	0,007
РИС КРУГЛЫЙ	0,0066	0,007
МАССА ГОТОВОЙ КАШИ	0,0297	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1050	0,105
ВЫХОД	0,0900	0,090

<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ2018).</b>		
Выход: 150, N рец.: 380 СБ 2018, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,1575	0,150
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0072	0,007
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0089	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0068	0,007
САХАР-ПЕСОК	0,0048	0,005
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0032	0,003
МУКА В/С	0,0018	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД	0,1500	0,150
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0059	0,006

<b>ЧАЙ/ОВД (СБ2018)</b>		
Выход: 200, N рец.: 467 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1900	0,190
ВЫХОД	0,2000	0,200
<b>Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0340	0,034
ВЫХОД	0,0500	0,050

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, N рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Обед №1**

<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)</b>		
Выход: 60, N рец.: 26 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0670	0,067

<b>СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ,ГРЕНКАМИ(СБ2018).</b>		
Выход: 200/20, N рец.: 136 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
МОЛОКО	0,0300	0,030
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0401	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
МУКА В/С	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0022	0,001
ВЫХОД	0,2300	0,220

<b>Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА</b>		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0315	0,032
ВЫХОД	0,0200	0,020
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0180	0,018
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0242	0,024

**ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018)**

Выход: 90, N рец.: 333 СБ 2018Г, Порций: 1,00

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0333	0,038
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0641	0,064
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0045	0,005
РИС ПРОПАРЕННЫЙ	0,0038	0,006
МАССА ОТВАРНОГО РИСА	0,0161	0,016
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0056	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД	0,0900	0,090

<b>КАРТОФЕЛЬ,ЗАЛЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>		
Выход: 150, N рец.: 202 СБ 2013г., Порций: 1,00		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
МАССА ГОТОВОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1000	0,100
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0025	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1600	0,168
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0001	
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,1030	0,103
<b>Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		
МУКА В/С		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
ВОДА		
МАССА СОУСА		
СМЕТАНА		
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)</b>		
Выход: 200, N рец.: 498 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,2000	0,200
ШИПОВНИК	0,0200	0,020
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,018
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.</b>		
Выход: 40, N рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, N рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Обед №2/ОВД**

<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018).</b>		
Выход: 60, N рец.: 26 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ВЫХОД	0,0600	0,060
<b>Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ</b>		
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0760	0,076

<b>СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ/ОВД</b>		
Выход: 250/20, N рец.: 135 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1875	0,188
МОЛОКО	0,0375	0,038
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0250	0,025
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0101	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
МУКА В/С	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВЫХОД	0,2500	0,250

<b>Вх. рецепт: ГРЕНКИ ИЗ ХЛЕБА/ ОВД по</b>		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0315	0,032
ВЫХОД	0,0200	0,020
<b>Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ</b>		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0223	0,023
<b>Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ СЧИЩЕННАЯ</b>		



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>МОРКОВЬ 01.09-31 12 20%</b>	0,0202	0,0202

**ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ/ИНДЕЙКА(СБ2010)**

Выход: 80, N рецеп.: 387 СБ 2010Г, Порций: 1,00

ИНДЕЙКА	0,0559	0,0559
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,0331	0,0331
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0028	0,0028
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0029	0,0029
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0065	0,0065
СМЕТАНА	0,0036	0,0036
МУКА В/С	0,0014	0,0014
ЧЕСНОК СВЕЖИЙ	0,0005	0,0005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,0009
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,0900
ВЫХОД	0,0900	0,0900

Вх. рецепт: **МОРКОВЬ ОВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**  
 МОРКОВЬ 01.09-31 12 20% 0,0052 0,0052

**КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ**

Выход: 150, N рецеп.: 202 СБ 2013г., Порций: 1,00

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,0030
МАССА ГОТОВОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1000	0,1000
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0026	0,0026
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,0030
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1680	0,1680
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,0010
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0001	0,0001
ВЫХОД	0,1500	0,1500

Вх. рецепт: **КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**  
 КАРТОФЕЛЬ 01.09-31 10 20% 0,1030 0,1030

**Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ**

МУКА В/С		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		
ВОДА		
МАССА СОУСА		
СМЕТАНА		
ВЫХОД	0,1500	0,1500

**НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА/ОВД(СБ2018)**

Выход: 200, N рецеп.: 498 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,2100	0,2100
ШИПОВНИК	0,0208	0,0208
ВЫХОД	0,2000	0,2000

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 40, N рецеп.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,0400
ВЫХОД	0,0400	0,0400

**Полдник**

**БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"(СБ2010)**

Выход: 80, N рецеп.: 642 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МУКА В/С	0,0380	0,0380
ВОДА	0,0170	0,0170
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0090	0,0090
САХАР-ПЕСОК	0,0066	0,0066
САХАР (ДЛЯ ОТДЕЛКИ)	0,0020	0,0020
ЯЙЦА	0,0012	0,0012
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0005	0,0005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0005	0,0005
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0005	0,0005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,0004
ДРОЖЖИ	0,0001	0,0001
ВЫХОД	0,0600	0,0600

**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ(СБ2018)**

Выход: 200, N рецеп.: 470 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ЙОГУРТ	0,2000	0,2000
ВЫХОД	0,2000	0,2000

**День 7**

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

**Завтрак №1**

**ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)**

Выход: ШТ. N рецеп.: 287 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА	0,0600	0,0600
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,0040
ВЫХОД	0,0600	0,0600

**КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)**

Выход: 180, N рецеп.: 217 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МОЛОКО	0,0882	0,0882
ВОДА	0,0594	0,0594
РИС КРУГЛЫЙ	0,0396	0,0396
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,0045
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,0009
САХАР-ПЕСОК	0,0045	0,0045
ВЫХОД	0,1800	0,1800

**КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)**

Выход: 200, N рецеп.: 462 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1705	0,1705
МОЛОКО	0,1000	0,1000
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,0100
КАКАО-ПОРОШОК	0,0024	0,0024
ВЫХОД	0,2000	0,2000

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 40, N рецеп.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,0400
ВЫХОД	0,0400	0,0400

**Завтрак №2**

**БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ (СБ2018)**

Выход: 20/16, N рецеп.: 89 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,0200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0150	0,0150
ВЫХОД	0,0350	0,0350

**ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)**

Выход: ШТ. N рецеп.: 287 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ЯЙЦА	0,0600	0,0600
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,0040
ВЫХОД	0,0600	0,0600

**КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)**

Выход: 180, N рецеп.: 217 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МОЛОКО	0,0882	0,0882
ВОДА	0,0594	0,0594
РИС КРУГЛЫЙ	0,0396	0,0396
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,0045
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,0009
САХАР-ПЕСОК	0,0045	0,0045
ВЫХОД	0,1800	0,1800

**КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)**

Выход: 200, N рецеп.: 462 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,0105	0,0105
МОЛОКО	0,1000	0,1000
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,0100
КАКАО-ПОРОШОК	0,0024	0,0024
ВЫХОД	0,2000	0,2000

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, N рецеп.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,0200
ВЫХОД	0,0200	0,0200

**Завтрак №3/Овд**

**БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)**

Выход: 20/16, N рецеп.: 89 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,0200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0150	0,0150

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД	0,0350	0,035	КЭЖМ	0,0200	0,020
<b>КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ/ОВД(СБ2018)</b>			МАССА ОТВАРНЫХ ЯГОД	0,0320	0,032
Выход: 200, N рец.: 220 СБ 2018Г, Порций: 1,00			САХАР-ПЕСОК	0,0130	0,013
МОЛОКО	0,0980	0,098	ВОДА	0,2020	0,202
ВОДА	0,0660	0,066	ВЫХОД	0,2000	0,200
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0440	0,044	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,</b>		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0021	0,002	Выход: 60, N рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,2000	0,200	ВЫХОД	0,0600	0,060
<b>КАКАО С МОЛОКОМ 1-Я ВАРИАНТ/ОВД (СБ2018)</b>			<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 200, N рец.: 462 СБ 2018Г, Порций: 1,00			Выход: 20, N рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ВОДА	0,0105	0,011	ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКОЙ)	0,0200	0,020
МОЛОКО	0,1000	0,100	ВЫХОД	0,0200	0,020
КАКАО-ПОРОШОК	0,0024	0,002			
ВЫХОД	0,2000	0,200	<b>Обед №2/ОВД</b>		
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ,</b>			<b>САЛАТ ИЗ БЕЛКАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ/ОВД</b>		
Выход: 40, N рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00			Выход: 60, N рец.: 5 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040	КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0351	0,035
ВЫХОД	0,0400	0,040	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0042	0,004
<b>ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)</b>			ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	0,000
Выход: ШТ, N рец.: 52 СБ 2018Г, Порций: 1,00			ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0180	0,018
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1000	0,100	ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0006	0,001
			Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
<b>Обед №1</b>			МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0042	0,004
<b>САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)</b>			<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(СБ2017)</b>		
Выход: 60, N рец.: 1 СБ 2018Г, Порций: 1,00			Выход: 200/8, N рец.: 98 СБ 2017Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0474	0,047	КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0030	0,003	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0120	0,012
САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000	БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
ВЫХОД	0,0600	0,060	ВЫХОД	0,2000	0,200
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			СМЕТАНА	0,0080	0,008
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0034	0,003	Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
<b>РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(СБ2017)</b>			КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0000	0,000
Выход: 200/8, N рец.: 98 СБ 2017Г, Порций: 1,00			Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0040	0,004	МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0080	0,008
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0040	0,004	<b>РАГУ ИЗ ПТИЦЫ/ФИЛЕ(СБ2018)</b>		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0120	0,012	Выход: 200, N рец.: 378 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004	ФИЛЕ ПТИЦЫ	0,1160	0,116
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150	МАССА ТУШЕННОЙ ПТИЦЫ	0,0800	0,080
ВЫХОД	0,2000	0,200	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0160	0,016
СМЕТАНА	0,0080	0,008	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0020	0,003
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0080	0,008
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0000	0,000	МУКА В/С	0,0013	0,001
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0080	0,008	МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2000	0,200
<b>РАГУ ИЗ ПТИЦЫ/ФИЛЕ(СБ2018)</b>			ВЫХОД	0,2000	0,200
Выход: 200, N рец.: 378 СБ 2018Г, Порций: 1,00			Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
ФИЛЕ ПТИЦЫ	0,1160	0,116	КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,2000	0,200
МАССА ТУШЕННОЙ ПТИЦЫ	0,0800	0,080	Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0160	0,016	МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0253	0,025
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0020	0,003	<b>КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМ/ОВД</b>		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0080	0,008	Выход: 200, N рец.: 348 СБ 2017, Порций: 1,00		
МУКА В/С	0,0013	0,001	КЭЖМ	0,0200	0,020
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001	МАССА ОТВАРНЫХ ЯГОД	0,0320	0,032
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2000	0,200	САХАР-ПЕСОК	0,0130	0,013
ВЫХОД	0,2000	0,200	ВОДА	0,2020	0,202
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ			ВЫХОД	0,2000	0,200
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,2000	0,200	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,</b>		
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			Выход: 60, N рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0253	0,025	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0600	0,060
<b>КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА</b>			ВЫХОД	0,0600	0,060
Выход: 200, N рец.: 348 СБ 2017, Порций: 1,00					



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

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	2,0200	0,020

**Полдник**

<b>БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (СБ2018)</b>		
Выход: 60, № рец.: 968 СБ 2013Г, Порций: 1,00		
МУКА В/С	0,0340	0,034
ВОДА	0,0115	0,012
САХАР-ПЕСОК	0,0160	0,016
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
МОЛОКО	0,0850	0,085
САХАР (ДЛЯ ОТДЕЛКИ)	0,0020	0,002
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0020	0,002
ДРОЖЖИ	0,0002	0,0002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0005	0,001
ЯЙЦА	0,0005	0,001
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0010	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,0004
БАНИПИН	0,0001	0,0001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0110	0,011
ВЫХОД	0,0400	0,060

**СОК ФРУКТОВЫЙ ГРУШЕВЫЙ**

Выход: 200, № рец.: 801 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СОК ГРУШЕВЫЙ Л	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

**День 8**

**Завтрак №1**

<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ТВАР.)Н/Б</b>		
Выход: 20/2016, № рец.: 90 СБ 2013Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0080	0,008
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0450	0,045

**ЗАЛЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ**

Выход: 150, № рец.: 314 СБ 2013, Порций: 1,00		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0073	0,008
МОЛОКО	0,0230	0,023
МАССА ПРИТУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0860	0,086
КРУПА МАННАЯ	0,0150	0,015
ТВОРОГ	0,0560	0,056
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12.20%	0,0940	0,094

**МОЛОКО СГУЩЕННОЕ(ПОРЦ)**

Выход: 30, № рец.: 481 СБ 2013Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	0,0300	0,030
ВЫХОД	0,0300	0,030

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)**

Выход: 200Г, № рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОН	0,0072	0,007
ВЫХОД	1,2070	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

**Завтрак №2**

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

<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (ТВАР.)Н/Б</b>		
Выход: 20/2016, № рец.: 90 СБ 2013Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0450	0,045

**РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)**

Выход: 90, № рец.: 300 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ ПБГ	0,0760	0,076
МУКА В/С	0,0040	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ЖАРЕННОЙ РЫБЫ	0,0620	0,062
ЯЙЦА	0,0250	0,025
МОЛОКО	0,0150	0,015
МУКА В/С	0,0040	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

**КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)**

Выход: 150, № рец.: 221 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1200	0,120
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0375	0,038
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0038	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,0004
ВЫХОД	0,1500	0,150

**ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)**

Выход: 200Г, № рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОН	0,0072	0,007
ВЫХОД	0,2070	0,207
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД	0,0500	0,050

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,**

Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

**Завтрак №3/ОВД**

<b>СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ ПОРЦИЯ (СБ2018)</b>		
Выход: 20, № рец.: 76 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ/ОВД(СБ2018)**

Выход: 200, № рец.: 221 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0960	0,096
ВОДА	0,1600	0,160
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0300	0,030
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200

**ЧАЙ С ЛИМОНОМ/ОВД(СБ2018)**

Выход: 200Г, № рец.: 459 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1600	0,160
ЛИМОН	0,0072	0,007
ВЫХОД	0,2070	0,207
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД	0,0500	0,050

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
--	--	--

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

**Обед №1**

<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ2018)</b>		
Выход: 80, № рец.: 22 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1198	0,020
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ВЫХОД	0,0800	0,060
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0370	0,037

<b>ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ (СБ2018)</b>		
Выход: 90, № рец.: 356 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1853	0,185
МАССА ПЕЧЕНИ ПРИПУЩЕННОЙ	0,0711	0,071
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0084	0,009
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ		
МУКА В/С	0,0009	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0009	0,001
ВОДА	0,0150	0,020
МАССА СОУСА	0,0180	0,018
СМЕТАНА	0,0180	0,018
ВЫХОД	0,0360	0,036

<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)</b>		
Выход: 250/10, № рец.: 117 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,3875	0,188
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0101	0,010
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	0,0075	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВЫХОД	0,2500	0,250
СМЕТАНА	0,0100	0,010
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0501	0,050
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0096	0,010

<b>РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)</b>		
Выход: 180, № рец.: 234 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0396	0,040
КУКУРУЗА КОНСЕРВ.	0,0100	0,010
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	0,0100	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,1000	0,100
Вх. рецепт: ЛУК ПАССЕРОВАННЫЙ		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0580	0,050
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0075	0,008
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0130	0,013

<b>КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"</b>		
Выход: 200, № рец.: 604 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1800	0,180
КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ 0	0,0250	0,025
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 40, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Обед №2/Овд**

<b>ИКРА</b>		
Выход: 80, № рец.: 80 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
КАБАЧКОВАЯ ИКРА	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

<b>ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ (СБ2018)</b>		
Выход: 90, № рец.: 356 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,1853	0,185
МАССА ПЕЧЕНИ ПРИПУЩЕННОЙ	0,0711	0,071
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0054	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ		
МУКА В/С	0,0009	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0009	0,001
ВОДА	0,0150	0,020
МАССА СОУСА	0,0180	0,018
СМЕТАНА	0,0180	0,018
ВЫХОД	0,0360	0,036

<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)</b>		
Выход: 250/10, № рец.: 117 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,3875	0,188
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0101	0,010
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	0,0075	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВЫХОД	0,2500	0,250
СМЕТАНА	0,0100	0,010
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0501	0,050
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0096	0,010

<b>РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)</b>		
Выход: 180, № рец.: 234 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
РИС КРУГЛЫЙ	0,0396	0,040
КУКУРУЗА КОНСЕРВ.	0,0100	0,010
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	0,0100	0,010
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,1000	0,100
Вх. рецепт: ЛУК ПАССЕРОВАННЫЙ		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0580	0,050
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0075	0,008
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0130	0,013

<b>КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"</b>		
Выход: 200, № рец.: 604 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1800	0,180
КОНЦЕНТРАТ КИСЕЛЯ С	0,0250	0,025
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 40, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

**Полдник**

<b>БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"(СБ2018)</b>		
Выход: 80, № рец.: 543 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МУКА В/С	0,0350	0,035
ВОДА	0,0185	0,019
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0100	0,010
САХАР-ПЕСОК	0,0020	0,007



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0010	0,001
ДРОЖЖИ	0,0002	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0000	0,001
ВЫХОД	0,0000	0,000
<b>КЕФИР</b>		
Выход: 200, Н рец.: 615 СБ 2013, Порций: 1,00		
КЕФИР Л	0,2000	0,200

### День 9

#### Завтрак №1

##### БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 2-й ВАРИАНТ(сб2018)

Выход: 20/16/8, Н рец.: 72 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БАТОН ВЕНКЛЕР	0,2000	0,200
ПОВИДЛО	0,0150	0,015
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД	0,0400	0,040

##### КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 220 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0980	0,098
ВОДА	0,0660	0,066
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	0,0440	0,044
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0051	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0051	0,005
ВЫХОД	0,2000	0,200

##### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ

Выход: 200, Н рец.: 467 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЦИКОРИЙ	0,0050	0,005
МОЛОКО	0,1000	0,100
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД	0,2000	0,200

##### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### Завтрак №2

##### САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)

Выход: 80, Н рец.: 26 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД	0,0000	0,000
Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА 01.08-31.12 20%	0,0570	0,057

##### БРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ(СБ2018)

Выход: 80, Н рец.: 338 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0517	0,051
РИС КРУГЛЫЙ	0,0151	0,015
МАССА РИСА ПРИПУЩЕННОГО	0,0506	0,031
ВОДА	0,0153	0,015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0108	0,011
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0018	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0009	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0804	0,080
ВЫХОД	0,0800	0,080

##### КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)

Выход: 150, Н рец.: 213 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1200	0,120
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0222	0,022
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0038	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,1500	0,150

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ</b>		
Выход: 200, Н рец.: 467 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЦИКОРИЙ	0,0050	0,005
МОЛОКО	0,1000	0,100
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД	0,2000	0,200

##### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 40, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

##### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### Завтрак №3/ОБД

##### САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ/ОБД(СБ2018)

Выход: 80, Н рец.: 1 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0474	0,047
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0034	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0800	0,080
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.08-31.12 20%	0,0054	0,005

##### ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ(1ВАРИАНТ)

Выход: 50/50, Н рец.: 367 СБ 2013Г, Порция: 1,00		
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0790	0,079
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0046	0,005
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
МУКА В/С	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0029	0,003
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,0002	
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0500	0,050
МАССА СОУДА	0,0500	0,050
ВЫХОД	0,1000	0,100

##### КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ/ОБД(СБ2018)

Выход: 150, Н рец.: 213 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1200	0,120
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0222	0,022
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0038	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,1500	0,150

##### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ/ОБД

Выход: 200, Н рец.: 467 СБ 2018Г., Порций: 1,00		
ЦИКОРИЙ	0,0050	0,005
МОЛОКО	0,1000	0,100
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД	0,2000	0,200

##### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 40, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Обед №1

##### ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы(СБ2018)

Выход: 80, Н рец.: 146 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

##### СВЕКОЛЬНИК(СБ2018)

Выход: 200/8, Н рец.: 96 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009

Наименование, состав изделия	№ на 1 пор.	Нетто	Наименование, состав изделия	№ на 1 пор.	Нетто
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004	ВЫХОД	0,2000	0,200
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004	Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
САХАР-ПЕСОК	0,0020	0,002	КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0344	0,034
БУЛЬОН или ВОДА	0,1600	0,160	Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001	МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0078	0,008
СМЕТАНА	0,0000	0,000	Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	0,000	СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0513	0,051
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001	<b>БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СБ2018)</b>		
ВЫХОД	0,2000	0,200	Выход: 90, № рец.: 307 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ			МИНТАЙ ПЕГ	0,0600	0,060
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0344	0,034	МОЛОКО	0,0220	0,023
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0140	0,017
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0078	0,008	СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0084	0,008
Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0012	0,001
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0513	0,051	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0024	0,002
			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,000
			ЯЙЦА	0,0000	0,000
			ВЫХОД	0,0900	0,090
			<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)</b>		
			Выход: 150, № рец.: 377 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
			МОЛОКО	0,0225	0,023
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0060	0,007
			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
			ВЫХОД	0,1500	0,150
			Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
			КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,1305	0,131
			<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ/ОВД (СБ2018)</b>		
			Выход: 200, № рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
			ВОДА	0,2030	0,203
			СУХОФРУКТЫ	1,0200	0,020
			ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	0,000
			ВЫХОД	0,2000	0,200
			<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ.</b>		
			Выход: 40, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
			ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
			ВЫХОД	0,0400	0,040
			<b>Полдник</b>		
			<b>СДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ (СБ2018)</b>		
			Выход: 60, № рец.: 648 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
			МУКА ВС	0,0383	0,038
			ВОДА	0,0156	0,016
			САХАР-ПЕСОК	0,0037	0,004
			ЯЙЦА	0,0017	0,002
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0011	0,001
			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
			ДРОЖЖИ	0,0001	0,000
			ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0005	0,001
			МУКА НА ПОДПЫД	0,0005	0,001
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0009	0,001
			<b>СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНЫЙ</b>		
			Выход: 200, № рец.: 601 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
			СОК ЯБЛОЧНЫЙ Л	0,2000	0,200
			ВЫХОД	0,2000	0,200
			<b>День 10</b>		
			<b>Завтрак №1</b>		
			<b>БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ/2-й ВАР(СБ2018)</b>		
			Выход: 15/15/5, № рец.: 64 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
			БАТОН ВИНКЛЕР	0,0150	0,015
			СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0150	0,015
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
			ВЫХОД	0,0350	0,035



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

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

Выход: 200, Н рец.: 289 СБ 2018г., Порция: 1,00

КРУПА ПШЕНО	0,0400	0,040
МОЛОКО	0,1200	0,120
МАССА КАШИ	0,1560	0,156
ДЛЯ СИРОПА:		
САХАР-ПЕСОК	0,0048	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ВОДА	0,0240	0,024
МАССА СИРОПА:		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0240	0,024
МАССА ЯБЛОК ПРИПУЩЕННЫХ С	0,0440	0,044
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0000	0,000
СВЕТЛАНА	0,0000	0,000
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2160	0,216

**КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)**

Выход: 200, Н рец.: 462 СБ 2018г., Порция: 1,00

ВОДА	0,0100	0,010
МОЛОКО	0,1000	0,100
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
КАКАО-ПОРОШОК	0,0024	0,002
ВЫХОД	0,2000	0,200

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Выход: 20, Н рец.: 108 СБ 2013, Порция: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Завтрак №2**

**САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)**

Выход: 60, Н рец.: 1 СБ 2018г., Порция: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0174	0,017
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0030	0,003
САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
ВЫХОД	0,0600	0,060

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20% 0,0054 0,005

**КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.**

Выход: 90, Н рец.: 412 СБ 2013г., Порция: 1,00

КУРА(ТУШКА)	0,0669	0,067
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0167	0,017
МОЛОКО	0,0231	0,023
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0039	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1029	0,103
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0024	0,003
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

**МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)**

Выход: 160, Н рец.: 286 СБ 2018г., Порция: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0510	0,051
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,000
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0026	0,003
ВЫХОД	0,1980	0,198

**ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)**

Выход: 200, Н рец.: 467 СБ 2018г., Порция: 1,00

ВОДА	0,1900	0,190
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ВЫХОД	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА 0,0010 0,001

ВОДА 0,0340 0,034

ВЫХОД 0,0350 0,035

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

**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.**

Выход: 40, Н рец.: 108 СБ 2013, Порция: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

**Завтрак №3(ОД)**

**ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)**

Выход: 80, Н рец.: 108 СБ 2013г., Порция: 1,00

ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0800	0,080
ВЫХОД	0,0800	0,080

**КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).**

Выход: 90, Н рец.: 372 СБ 2018г., Порция: 1,00

КУРА(ТУШКА)	0,0662	0,068
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0192	0,019
МОЛОКО	0,0298	0,026
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0038	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1038	0,103
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0026	0,003
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

**МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)**

Выход: 160, Н рец.: 286 СБ 2018г., Порция: 1,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0510	0,051
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1440	0,144
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,000
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0026	0,003
ВЫХОД	0,1980	0,198

**ЧАЙ(ОД) (СБ2018)**

Выход: 200, Н рец.: 467 СБ 2018г., Порция: 1,00

ВОДА	0,1900	0,190
ВЫХОД	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА**

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА 0,0010 0,001

ВОДА 0,0340 0,034

ВЫХОД 0,0350 0,035

**ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Выход: 20, Н рец.: 109 СБ 2013, Порция: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Обед №1**

**САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)**

Выход: 60, Н рец.: 32 СБ 2018г., Порция: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0044	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
ВЫХОД	0,0600	0,060

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА 01.09-31.12 20% 0,0524 0,053

**СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)**

Выход: 200, Н рец.: 136 СБ 2018г., Порция: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
МОЛОКО	0,0300	0,030
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
МУКА ВС	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200

**Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ**

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20% 0,0180 0,018

**Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ**

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20% 0,0242 0,024

**КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)**

Выход: 90, Н рец.: 341 СБ 2018г., Порция: 1,00

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0830	0,083
МОЛОКО	0,0108	0,011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0090	0,009
ЯЙЦА	0,0050	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0099	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0063	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0036	0,002
ЧЕСНОК СВЕЖИЙ	0,0009	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0300	0,030
ВЫХОД	0,0360	0,036

#### РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)

Выход: 180, Н рец.: 385 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1000	0,100
РИС ПРОПАРЕННЫЙ	0,0512	0,051
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВЫХОД	0,1500	0,150

#### КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 486 СБ 2018Г, Порция: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0200	0,020
ВОДА	0,1820	0,182
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, Н рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, Н рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Обед №2/ОВД

##### САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)

Выход: 60, Н рец.: 32 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0046	0,006
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД	0,0600	0,060

Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ

СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0520	0,053
------------------------	--------	-------

##### СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 135 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1500	0,150
МОЛОКО	0,0300	0,030
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0001	0,000
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
МУКА В/С	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0180	0,018
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0242	0,024
-------------------------	--------	-------

#### КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)

Выход: 90, Н рец.: 341 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ГОВЯДИНА 1-ОЙ КАТЕГОРИИ	0,0830	0,083
МОЛОКО	0,0108	0,011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0090	0,009
ЯЙЦА	0,0050	0,005
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0099	0,010
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0063	0,006

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0018	0,002
ЧЕСНОК СВЕЖИЙ	0,0009	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0900	0,090
ВЫХОД	0,0900	0,090

#### РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)

Выход: 150, Н рец.: 385 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1000	0,100
РИС ПРОПАРЕННЫЙ	0,0512	0,051
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ВЫХОД	0,1500	0,150

#### КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 486 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0200	0,020
ВОДА	0,1820	0,182
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, Н рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Полдник

##### БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" (СБ2018)

Выход: 60, Н рец.: 543 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МУКА В/С	0,0448	0,045
ВОДА	0,0120	0,012
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ЯЙЦА	0,0042	0,004
САХАР-ПЕСОК	0,0030	0,003
ДРОЖЖИ	0,0002	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ЯЙЦА ДЛЯ СМАЗКИ	0,0005	0,001
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0005	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0005	0,001
ВАНИЛИН	0,0001	

#### БИФИДОК

Выход: 200, Н рец.: 514 СБ 2013, Порций: 1,00

БИФИДОК Л	0,2000	0,200
-----------	--------	-------

#### День 11

#### Завтрак №1

##### ОБОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ

Выход: 60, Н рец.: 157 СБ 2018Г., Порций: 1,00

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	0,0600	0,060
МАССА ВАРЕНых ЗЕРЕН	0,0600	0,060
ВЫХОД	0,0600	0,060

##### МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018)

Выход: 205, Н рец.: 261 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0057	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2220	0,222
МАССА ЗАПЕЧЕННЫХ МАКАРОН	0,2000	0,200
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	0,000
ВЫХОД	0,2050	0,205

Вх. рецепт: МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0738	0,073
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,2074	0,207
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0097	0,010
ВЫХОД	0,2160	0,216



Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто	Наименование, состав изделия	№ на 1 пор. Нетто	Нетто
<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)</b>			<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ/ОВД(СБ2018)</b>		
Выход: 200, № рецеп.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00			Выход: 200, № рецеп.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1300	0,100	ВОДА	0,1000	0,100
МОЛОКО	0,0500	0,050	МОЛОКО	0,0500	0,050
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010	Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ВЫХОД	0,2000	0,200	ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА			ВОДА	0,0540	0,054
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001	ВЫХОД	0,0500	0,050
ВОДА	0,0540	0,054			
ВЫХОД	0,0500	0,050	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>			Выход: 20, № рецеп.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
Выход: 20, № рецеп.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00			ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020		0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020	ВЫХОД		
				0,0200	0,020
<b>Завтрак №2</b>			<b>Обед №1</b>		
<b>ЯЙЦО С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ.</b>			<b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ</b>		
Выход: 60, № рецеп.: . Порций: 1,00			Выход: 60, № рецеп.: 66 СБ 2013Г., Порций: 1,00		
ЯЙЦА	0,0300	0,030	ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	0,0066	0,007
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	0,0300	0,030	ИЛИ		
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0017	0,001	ИЛИ		
			КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0076	0,008
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018)</b>			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		
Выход: 206, № рецеп.: 261 СБ 2015Г, Порций: 1,00			ВЫХОД	0,0030	0,003
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0057	0,006	Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003	КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 20%	0,0360	0,036
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2220	0,222	Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ		
МАССА ЗАПЕЧЕННЫХ МАКАРОН	0,2000	0,200	МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0066	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004			
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0040	0,004	<b>БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b>		
ВЫХОД	0,2050	0,205	Выход: 200г, № рецеп.: 66 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
Вх. рецепт: МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ*			БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0734	0,073	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,000	ФАСОЛЬ КОНСЕРВ.	0,0080	0,008
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,2074	0,007	ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,010	МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,2160	0,216	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
			САХАР-ПЕСОК	0,0017	0,001
<b>ЧАЙ О МОЛОКОМ (СБ2018)</b>			ЧЕШОК СВЕЖИЙ		
Выход: 200, № рецеп.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00			СМЕТАНА	0,0080	0,008
ВОДА	0,1300	0,100	ВЫХОД	0,0000	0,200
МОЛОКО	0,0500	0,050	Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010	КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0000	0,020
ВЫХОД	0,2000	0,200	Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА			МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0078	0,008
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001	Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ СЧИЩЕННАЯ		
ВОДА	0,0540	0,054	СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0320	0,032
ВЫХОД	0,0500	0,050			
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>			<b>МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА(СБ2021)</b>		
Выход: 20, № рецеп.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00			Выход: 90, № рецеп.: 321 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020	СВИНИНА	0,0720	0,072
ВЫХОД	0,0200	0,020	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0036	0,004
			МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0045	0,005
<b>Завтрак №3/ОВД</b>			ТОМАТНАЯ ПАСТА		
<b>СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ/ПОРЦИЯ (СБ2018)</b>			МУКА В/С		
Выход: 20, № рецеп.: 75 СБ 2018Г, Порций: 1,00			СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0018	0,002
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0200	0,020	МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0450	0,045
ВЫХОД	0,0200	0,020	МАССА МЯСА С СОУСОМ	0,0000	0,090
			Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ2018)</b>			МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%		
Выход: 150, № рецеп.: 268 СБ 2018Г, Порций: 1,00				0,0036	0,004
ЯЙЦА	0,1000	0,100	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018)</b>		
МОЛОКО	0,0620	0,063	Выход: 160, № рецеп.: 202 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003	ВОДА	0,1065	0,107
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001	КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,4728	0,073
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,1500	0,150	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,006
ВЫХОД	0,1532	0,154	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0037	0,004
			ВЫХОД	0,1500	0,150
			<b>КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/КУРАГИ (СБ2018)</b>		
			Выход: 200, № рецеп.: 494 СБ 2018Г, Порций: 1,00		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
КУРАГА	0,0200	0,020
ВОДА	0,2030	0,203
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0020	0,002
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, Н рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0000	0,000
ВЫХОД	0,0200	0,020

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 40, Н рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Обед №2(ОБД)

#### САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ(СБ2018)

Выход: 60, Н рец.: 3 СБ 2018Г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	0,0300	0,030
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0240	0,024
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0003	0,0003
ВОДА ДЛЯ РАЗВЕДЕНИЯ	0,0130	0,013
ВЫХОД	0,0600	0,060

#### БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ

Выход: 2000В, Н рец.: 05 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0080	0,008
ФАСОЛЬ КОНСЕРВ.	0,0080	0,008
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0024	0,002
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0012	0,001
ЧЕСНОК СВЕЖИЙ	0,0006	0,001
СМЕТАНА	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0200	0,020
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0078	0,008
-------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

#### МПСС ТУШЕНОЕ/СВИНИНА(СБ2021)

Выход: 90, Н рец.: 321 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СВИНИНА	0,0720	0,072
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0036	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0045	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0036	0,004
МУКА В/С	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0027	0,003
МАССА ТУШЕНОГО МЯСА	0,0450	0,045
МАССА МЯСА С СОУСОМ	0,0900	0,090

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

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

#### КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018)

Выход: 180, Н рец.: 202 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1065	0,107
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0729	0,073
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0037	0,004
ВЫХОД	0,1600	0,160

#### КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(КУРАГА ОВД)(СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 494 СБ 2018Г, Порций: 1,00

КУРАГА	0,0370	0,037
ВОДА	0,2030	0,203
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0010	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 40, Н рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

#### Полдник

#### ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (СБ2018)

Выход: 60, Н рец.: 540 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МУКА В/С	0,0005	0,001
СМЕТАНА	0,0006	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД	0,0000	0,000

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,0333	0,033
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ П/Ф

МОЛОКО	0,0059	0,006
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,002
ВЫХОД	0,0396	0,040

Вх. рецепт: ТЕСТО ДРОЖЖЕВСЕ СДОБНОЕ (1 ВАРИАНТ)

МУКА В/С	0,0204	0,020
САХАР-ПЕСОК	0,0015	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0022	0,002
ЯЙЦА	0,0022	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	0,000
ДРОЖЖИ	0,0002	0,000
ВОДА	0,0054	0,005
ВЫХОД	0,0318	0,032
ВЛАЖНОСТЬ, %	1,0494	1,042

#### СОК ФРУКТОВЫЙ(ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ)

Выход: 200, Н рец.: 501 СБ 2018Г, Порций: 1,00

СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ Д	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### День 12

#### Завтрак №1

#### БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)

Выход: 2018, Н рец.: 69 СБ 2018Г, Порций: 1,00

БАТОН БИСКВИТ	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0150	0,015
ВЫХОД	0,0350	0,035

#### КАША "ДРУЖБА"(СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 228 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МОЛОКО	0,1020	0,102
ВОДА	0,0700	0,070
РИС КРУГЛЫЙ	0,0148	0,015
КРУПА ПШЕНО	0,0108	0,011
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
САХАР-ПЕСОК	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	0,000
ВЫХОД	0,2000	0,200

#### КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)

Выход: 200, Н рец.: 484 СБ 2018Г, Порций: 1,00

ВОДА	0,1600	0,160
МОЛОКО	0,0500	0,050
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД	0,2800	0,280

#### ВАФЛИ

Выход: 2 шт, Н рец.: 588 СБ 2013, Порций: 1,00

ВАФЛИ	0,0500	0,050
ВЫХОД	0,0500	0,050

#### ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, Н рец.: 100 СБ 2013, Порций: 1,00



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

**Завтрак №2**

<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)</b>		
Выход: 20/15, № рец.: 69 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0150	0,015
ВЫХОД	0,0350	0,035

<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>		
Выход: 150/30, № рец.: 320 СБ 2013г., Порций: 1,00		
ТВОРОГ	0,1350	0,135
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,015
КРУПА МАННАЯ	0,0110	0,011
МУКА В/С	0,0100	0,010
ЯЙЦА	0,0092	0,009
СМЕТАНА	0,0050	0,005
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВАНИЛИН	0,0003	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,1500	0,150

<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)</b>		
Выход: 200, № рец.: 484 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1600	0,160
МОЛОКО	0,0300	0,030
САХАР-ПЕСОК	0,0100	0,010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100</b>		
Выход: Ш1, № рец.: 112 СБ 2013г., Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1000	0,100

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Завтрак №3/Обд**

<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)</b>		
Выход: 20/15, № рец.: 69 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БАТОН ВИНКЛЕР	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0150	0,015
ВЫХОД	0,0350	0,035

<b>КАША "ДРУЖБА" /ОБД(СБ2016)</b>		
Выход: 200, № рец.: 226 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,1020	0,102
ВОДА	0,0700	0,070
РИС КРУГЛЫЙ	0,0190	0,019
КРУПА ПШЕНО	0,0108	0,011
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
САХАР-ПЕСОК	0,0050	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/ОБД(СБ2018)</b>		
Выход: 200, № рец.: 484 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1600	0,160
МОЛОКО	0,0300	0,030
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0024	0,002
ВЫХОД	0,2000	0,200

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Обед №1**

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

<b>ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)</b>		
Выход: 60, № рец.: 47 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	0,0116	0,012
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,1000	0,101
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,002
ВЫХОД	0,0800	0,080

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.12 30%	0,0157	0,016
Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0070	0,007
Вх. рецепт: СВЕКЛА ВАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0120	0,012

<b>ЩИ-ПО УРАЛЬСКИ(С КРУТОЙ)(СБ2018)</b>		
Выход: 200, № рец.: 108 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН или ВОДА	0,0170	0,017
КАПУСТА КВАЩЕНАЯ	0,0404	0,040
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0700	0,070
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0070	0,008

<b>РЫБА(ГОРБУША), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ</b>		
Выход: 100, № рец.: 343 СБ 2013г, Порций: 1,00		
ГОРБУША СЛ БГ	0,0610	0,061
БУЛЬОН или ВОДА	0,0170	0,017
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП,ПЕТРУШКА)	0,0029	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0010	0,001
САХАР-ПЕСОК	0,0017	0,002
МАССА ТУШЕНОЙ РЫБЫ	0,0700	0,070
МАССА ГОТОВОЙ РЫБЫ С	0,1000	0,100
ВЫХОД	0,1000	0,100

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0180	0,018

<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)</b>		
Выход: 150, № рец.: 377 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО	0,0225	0,023
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД	0,1500	0,150

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,1305	0,131

<b>КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА</b>		
Выход: 200, № рец.: 348 СБ 2017, Порций: 1,00		
ИЗЮМ	0,0200	0,020
МАССА ОТВАРНЫХ ЯГОД	0,0320	0,032
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,2000	0,202
ВЫХОД	0,2800	0,280

<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>		
Выход: 40, № рец.: 108 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>		
Выход: 20, № рец.: 109 СБ 2013, Порций: 1,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
ВЫХОД	0,0200	0,020

**Обед №2/Обд**

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

**ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)**

Выход: 60, № рещ.: 47 СБ 2018Г, Порция: 1,00

ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	0,0119	0,012
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,1808	0,181
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0015	0,012
ВЫХОД	0,0400	0,460
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОЧИЩЕННЫЙ ОТВАРНОЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.11-31.12 20%	0,0157	0,016
Вх. рецепт: МОРКОВЬ ОЧИЩЕННАЯ ОТВАРНАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0070	0,007
Вх. рецепт: СВЕКЛА ЗАРЕНАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА 01.09-31.12 20%	0,0120	0,012

**ЩИ-ПО УРАЛЬСКИ(С КРУТОЙ)(СБ2018)**

Выход: 200, № рещ.: 100 СБ 2018Г, Порция: 1,00

БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,0170	0,017
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	0,0400	0,040
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0700	0,070
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0081	0,008
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0012	0,001
ВЫХОД	0,2000	0,200
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0079	0,008

**РЫБА(ГОРБУША), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ**

Выход: 100, № рещ.: 343 СБ 2018Г, Порция: 1,00

ГОРБУША СМ БТ	0,0610	0,061
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,0170	0,017
ЗЕЛЕНЬ(УКРОП, ПЕТРУШКА)	0,0029	0,003
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,3100	0,310
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0055	0,005
САХАР-ПЕСОК	0,0017	0,002
МАССА ТУШЕНОЙ РЫБЫ	0,0700	0,070
МАССА ГОТОВОЙ РЫБЫ С	0,1000	0,100
ВЫХОД	0,1000	0,100
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ 01.09-31.12 20%	0,0180	0,018

**КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)**

Выход: 180, № рещ.: 377 СБ 2018Г, Порция: 1,00

МОЛОКО	0,0225	0,023
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0268	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	0,001
ВЫХОД	0,1500	0,150
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.09-31.10 20%	0,1300	0,130

**КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЬКИ(ИЗЮМА)**

Выход: 200, № рещ.: 348 СБ 2017, Порция: 1,00

ИЗЮМ	0,0200	0,020
МАССА ОТВАРНЫХ ЯГОД	0,0320	0,032
САХАР-ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,2000	0,200
ВЫХОД	0,2000	0,200

**ХЛЕБ РЖАНОЙ.**

Выход: 40, № рещ.: 109 СБ 2013, Порция: 1,00

ХЛЕБ РЖАНОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
ВЫХОД	0,0400	0,040

**Поленик**
**БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"(СБ2018)**

Выход: 60, № рещ.: 543 СБ 2018Г, Порция: 1,00

МУКА ВС	0,0390	0,039
ВОДА	0,0195	0,019
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0104	0,010

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

САХАР-ПЕСОК	0,0010	0,001
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0010	0,001
ДРОЖЖИ	0,0002	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД	0,0000	0,000

**СНЕЖОК**

Выход: 200, № рещ.: 516 СБ 2013, Порция: 1,00

СНЕЖОК П	0,2000	0,200
----------	--------	-------