

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор МАОУ СОШ № 4 г. Ишима

\_\_\_\_\_ С.Н. Разнатовская

Директор МАОУ СОШ № 12 г. Ишима

\_\_\_\_\_ *С.В.* С.В. Старикова



Директор ООО «СИБ-НОВА»

\_\_\_\_\_ А.Н. Гончаров

## **ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**(завтрак, обед)**

**для горячего питания обучающихся  
с сахарным диабетом**

**12 и старше**

**МАОУ СОШ № 4 г. Ишима,  
МАОУ СОШ № 12 г. Ишима**

**под стоимость**

**107р. 70к. (завтрак)**

**138р. 40к. (обед)**

**с 04 сентября 2023 года**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Биточки рубленые из птицы запеченые</b>			<b>100</b>	<b>11,4</b>	<b>15,2</b>	<b>11,2</b>	<b>227,2</b>	<b>52,81</b>
ТТК	филе куриное пром. пр-	71	67					
	или фарш куриный	67	67					
	хлеб пшеничный	19	19					
	лук репчатый	11	9					
	молоко питьевое	20	20					
	яичный порошок	1,82	1,82					
	мука пшеничная	6	6					
	масло растительное	2	2					
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>10,26</b>	<b>9,41</b>	<b>44,5</b>	<b>303,66</b>	<b>23,81</b>
№237	крупа гречневая	85	85					
2013э.	вода питьевая	108	108					
	масло сливочное	10	10					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.</b>			<b>20</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>7,14</b>	<b>98,01</b>	<b>1,18</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>23,25</b>	<b>24,91</b>	<b>73,84</b>	<b>673,87</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Суп картофельный с бобовыми, со сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>5,9</b>	<b>6,3</b>	<b>16</b>	<b>144,3</b>	<b>17,54</b>
№144	картофель	83	62,5					
2013э.	морковь	13,3	10					
	лук репчатый	12	10					
	горошек зелен.консерв	28	18					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	5	5					
	вода питьевая	162,5	162,5					
<b>Гуляш из мяса</b>			<b>120</b>	<b>20,6</b>	<b>22</b>	<b>4,2</b>	<b>297</b>	<b>74,73</b>
№367	говядина к/к	112	95					
2013э.	или свинина мясная	112	95					
	или говядина гуляш п/ф пром. пр.	95	95					
	масло растительное	4	4					
	масса тушеного мяса		60					
	масса соуса		60					
	лук репчатый	14	12					
	томатная паста	2,4	2,4					
	мука пшеничная	4	4					
<b>Морковь припущенная</b>			<b>200</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>14,9</b>	<b>115</b>	<b>28,04</b>
ТТК	морковь	268	215					
	вода питьевая	40	40					
	масло сливочное	6	6					
<b>Компотик теплый из свежих плодов с вит С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>37,95</b>	<b>11,12</b>
№507	яблоки свежие	45,6	40					
2013э.	вода питьевая	162	162					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.</b>			<b>77</b>	<b>5,08</b>	<b>0,92</b>	<b>26,18</b>	<b>139,37</b>	<b>6,97</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>34,98</b>	<b>34,02</b>	<b>69,38</b>	<b>733,62</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 1 ДЕНЬ</b>				<b>58</b>	<b>59</b>	<b>143</b>	<b>1407</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Рыба, запеченная со сметаной и сыром</b>			<b>90</b>	<b>21,4</b>	<b>14,5</b>	<b>4,3</b>	<b>233,3</b>	<b>79,76</b>
ТТК	филе минтая с/м	202	101					
	мука пшеничная	10	10					
	сметана	5	5					
	сыр твёрдый	9	8					
	масло растительное	3	3					
<b>Капуста тушеная</b>			<b>180</b>	<b>6,6</b>	<b>6,48</b>	<b>7,02</b>	<b>113,4</b>	<b>22,85</b>
№423	капуста свежая белокоц	257	206					
2013э.	масло растительное	5	5					
	морковь	12	10					
	лук репчатый	10	8					
	томатная паста	4	4					
	мука пшеничная	4	4					
<b>Чай с лимоном, без сахара</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>2,95</b>	<b>3,04</b>
№494	чай	1,8	1,8					
2013э.	вода питьевая	200	200					
	лимон	6	5					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.</b>			<b>30</b>	<b>4,49</b>	<b>0,82</b>	<b>23,12</b>	<b>123,08</b>	<b>2,05</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>32,59</b>	<b>21,8</b>	<b>34,64</b>	<b>472,73</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b>			<b>60</b>	<b>1,6</b>	<b>10,01</b>	<b>9,6</b>	<b>136</b>	<b>6,09</b>
№4	капуста свежая белокоц	63	50					
2013э.	морковь	8	6					
	масло растительное	3	3					
	лимонная кислота	0,1	0,1					
	вода питьевая	3	3					
<b>Борщ с капустой, картофелем и сметаной</b>			<b>250/10</b>	<b>2,3</b>	<b>4,9</b>	<b>16,7</b>	<b>120,1</b>	<b>17,51</b>
№128	свекла	50	40					
2013э.	капуста свежая белокоц	25	20					
	картофель	13	10					
	морковь	15	12					
	лук репчатый	12	10					
	томатная паста	2,4	2,4					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	10	10					
	вода питьевая	200	200					
<b>Бедро или грудка запеченные домашние</b>			<b>100</b>	<b>14,6</b>	<b>13,6</b>	<b>0,6</b>	<b>183,2</b>	<b>71,05</b>
ТТК	бедро куриное	154	149					
	или грудка куриная на к	154	149					
	томатная паста	5	5					
	чеснок свежий	0,6	0,5					
	масло растительное	2	2					
<b>Каша перловая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>5,5</b>	<b>8,08</b>	<b>37,76</b>	<b>251,1</b>	<b>13,15</b>
№242	крупа перловая	60	60					
2013э.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	9	9					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.</b>			<b>10</b>	<b>0,7</b>	<b>0,15</b>	<b>3,57</b>	<b>19</b>	<b>0,70</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>24,9</b>	<b>36,74</b>	<b>79,23</b>	<b>754,4</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 2 ДЕНЬ</b>				<b>57</b>	<b>59</b>	<b>114</b>	<b>1227</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Шницель мясной, с маслом сливочным</b>			<b>100/5</b>	<b>17,85</b>	<b>25,75</b>	<b>14,38</b>	<b>360,8</b>	<b>57,53</b>
№381	говядина к/к	88	74					
2013г.	или свинина мясная	88	74					
	или фарш мясной пром	74	74					
	хлеб пшеничный витам	18	18					
	молоко питьевое	14	14					
	лук репчатый	6	5					
	яичный порошок	2,4	2,4					
	сухари пшеничные	6	6					
	масло растительное	2	2					
	масло сливочное	5	5					
<b>Пюре из цветной капусты</b>			<b>150</b>	<b>2,4</b>	<b>5,2</b>	<b>4,2</b>	<b>75,9</b>	<b>44,23</b>
ТТК	капуста цветная	99	99					
	масло растительное	5	5					
	вода питьевая	75	75					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>67</b>	<b>4,42</b>	<b>0,8</b>	<b>22,78</b>	<b>121,27</b>	<b>4,54</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>24,87</b>	<b>31,75</b>	<b>41,36</b>	<b>560,72</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Суп картофельный с рыбой</b>			<b>250/30</b>	<b>5,7</b>	<b>6,3</b>	<b>19,1</b>	<b>155,9</b>	<b>37,67</b>
№150	филе минтая с/м	72	36					
2013г.	картофель	150	113					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	5	5					
	вода питьевая	175	175					
	или бульон рыбный	175	175					
<b>Биточки мясные, с маслом сливочным</b>			<b>100/5</b>	<b>17,85</b>	<b>25,75</b>	<b>14,38</b>	<b>360,8</b>	<b>57,74</b>
№381	фарш пром.пр-ва	74	74					
2013г.	хлеб пшеничный витам	18	18					
	молоко питьевое	14	14					
	лук репчатый	6	5					
	яичный порошок	2,4	2,4					
	сухари пшеничные	6	6					
	масло растительное	2	2					
	масло сливочное	5	5					
<b>Свекла, тушеная в сметане</b>			<b>150</b>	<b>3,75</b>	<b>9,9</b>	<b>13,65</b>	<b>156,75</b>	<b>31,42</b>
№190	свекла	176	141					
2013г.	масло сливочное	5,25	5,25					
	сметана	37	37					
<b>Кисель из концентрата с витамином С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>83,3</b>	<b>5,93</b>
№503	кисель	24	24					
2013г.	вода питьевая	190	190					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>80</b>	<b>6,34</b>	<b>1,15</b>	<b>32,64</b>	<b>173,76</b>	<b>5,64</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>35,04</b>	<b>43,1</b>	<b>98,77</b>	<b>930,51</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ</b>				<b>60</b>	<b>47</b>	<b>140</b>	<b>1491</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>30</b>	<b>7,68</b>	<b>1,57</b>	<b>0</b>	<b>102,9</b>	<b>33,90</b>
сыр твердый	31	30						
<b>Тефтели мясные, в соусе</b>			<b>70/30</b>	<b>9,5</b>	<b>15,3</b>	<b>11,4</b>	<b>221</b>	<b>46,52</b>
№390 фарш мясной пром пр-ва	44	44						
2013г. вода питьевая	7	7						
лук репчатый	24	21						
масло сливочное	4	4						
мука пшеничная	5	5						
масло сливочное	6	6						
масса готовых тефтелей		70						
№434 молоко питьевое	30	30						
2013г. мука пшеничная	2,4	2,4						
масло сливочное	2,4	2,4						
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>10,26</b>	<b>9,41</b>	<b>44,5</b>	<b>303,66</b>	<b>23,81</b>
№237 крупа гречневая	85	85						
2013г. вода питьевая	108	108						
масло сливочное	10	10						
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493 чай	1,8	1,8						
2013г. вода питьевая	200	200						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>30</b>	<b>4,46</b>	<b>0,82</b>	<b>23,12</b>	<b>123,08</b>	<b>2,07</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>32,1</b>	<b>27,1</b>	<b>79,02</b>	<b>753,39</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Свекольник со сметаной</b>			<b>250/10</b>	<b>2,5</b>	<b>4,9</b>	<b>16,2</b>	<b>118,9</b>	<b>19,21</b>
№131 свекла	80	64						
2013г. картофель	57	43						
морковь	12,5	10						
лук репчатый	13	11						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
сметана	10	10						
вода питьевая	200	200						
<b>Сырники из творога запеченные</b>			<b>150</b>	<b>24</b>	<b>18,5</b>	<b>31</b>	<b>386</b>	<b>82,15</b>
№321 творог	121	120						
2013г. яичный порошок	1,4	1,4						
ванилин	0,002	0,002						
мука пшеничная	10	10						
сметана	5	5						
масло сливочное	2	2						
масса готовых сырников 3 шт по 50гр		150						
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>80</b>	<b>5,28</b>	<b>0,96</b>	<b>27,2</b>	<b>144,8</b>	<b>7,14</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>31,98</b>	<b>24,36</b>	<b>85,4</b>	<b>694,7</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ</b>				<b>64</b>	<b>31</b>	<b>164</b>	<b>1448</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Масло сливочное порциями №105 2013г.</b>			<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>6,6</b>	<b>0,06</b>	<b>59,84</b>	<b>5,44</b>
масло сливочное	5	5						
<b>Запеканка из творога</b>			<b>150</b>	<b>24</b>	<b>25,2</b>	<b>23,9</b>	<b>425</b>	<b>88,45</b>
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	11	11						
яичный порошок	3,27	3,27						
ванилин	0,001	0,001						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
<b>Кофейный напиток с молоком, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>2,7</b>	<b>5,9</b>	<b>40,3</b>	<b>11,96</b>
№501 кофейный напиток	4	4						
2013г. молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>27</b>	<b>2,31</b>	<b>0,42</b>	<b>11,9</b>	<b>63,85</b>	<b>1,85</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>29,55</b>	<b>34,92</b>	<b>41,76</b>	<b>588,99</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>6,4</b>	<b>1,3</b>	<b>0</b>	<b>85,75</b>	<b>22,60</b>
сыр твердый	21	20						
<b>Суп картофельный с бобовыми и гречками</b>			<b>250/20</b>	<b>3,1</b>	<b>4,1</b>	<b>31,7</b>	<b>176,1</b>	<b>16,01</b>
№144 горох	20	20						
2013г. картофель	83	62,5						
морковь	21	17						
лук репчатый	17	15						
масло сливочное	7	7						
хлеб пшеничный витамин	38	32						
вода питьевая	162,5	162,5						
<b>Тефтели рыбные, с соусом белым</b>			<b>90/30</b>	<b>21,4</b>	<b>14,5</b>	<b>4,3</b>	<b>233,3</b>	<b>44,41</b>
№349 филе минтая с/м	118	59						
2013г. хлеб пшеничный витамин	10	10						
лук репчатый	11	9						
яичный порошок	1,12	1,12						
мука пшеничная	5,6	5,6						
масло растительное	5	5						
№451 вода питьевая	33	33						
2013г. масло сливочное	1,5	1,5						
мука пшеничная	1,5	1,5						
<b>Капуста тушеная</b>			<b>180</b>	<b>6,66</b>	<b>6,48</b>	<b>7,02</b>	<b>113,4</b>	<b>22,85</b>
№423 капуста свежая белокоч	257	206						
2013г. масло растительное	5	5						
морковь	12	10						
лук репчатый	10	8						
томатная паста	4	4						
мука пшеничная	4	4						
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>39</b>	<b>4,75</b>	<b>0,86</b>	<b>24,48</b>	<b>130,32</b>	<b>2,63</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>42,51</b>	<b>27,24</b>	<b>78,5</b>	<b>783,87</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 5 ДЕНЬ</b>				<b>72</b>	<b>62</b>	<b>120</b>	<b>1373</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Биточки мясные, с маслом сливочным</b>			<b>100/5</b>	<b>17,85</b>	<b>25,75</b>	<b>14,38</b>	<b>360,8</b>	<b>57,74</b>
№381 фарш пром.пр-ва	74	74						
2013г. хлеб пшеничный витаминизированный	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	6	5						
яичный порошок	2,4	2,4						
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	2	2						
масло сливочное	5	5						
<b>Свекла, тушеная в сметане</b>			<b>150</b>	<b>3,96</b>	<b>11,88</b>	<b>16,38</b>	<b>188,1</b>	<b>31,42</b>
№190 свекла	176	141						
2013г. масло сливочное	5,25	5,25						
сметана	37	37						
<b>Какао с молоком, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>5</b>	<b>66,6</b>	<b>13,86</b>
№496 какао-порошок	5	5						
2013г. молоко питьевое	130	130						
вода питьевая	70	70						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>62</b>	<b>4,09</b>	<b>0,74</b>	<b>21,08</b>	<b>112,22</b>	<b>4,68</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>29,5</b>	<b>41,67</b>	<b>56,84</b>	<b>727,72</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Салат из белокачанной капусты с морковью</b>			<b>100</b>	<b>1,6</b>	<b>10,01</b>	<b>9,6</b>	<b>136</b>	<b>10,15</b>
№4 капуста свежая белокачанная	106	84						
2013г. морковь	13	10						
масло растительное	5	5						
лимонная кислота	0,1	0,1						
вода питьевая	5	5						
<b>Рассольник домашний со сметаной сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>1,83</b>	<b>5</b>	<b>10,65</b>	<b>122,45</b>	<b>22,49</b>
№132 картофель	100	75						
2013г. капуста	25	20						
огурцы консервированные (без уксуса)	16,75	15						
морковь	23	19						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
вода питьевая	175	175						
сметана	5	5						
<b>Печень, тушенная с овощами</b>			<b>100</b>	<b>11,7</b>	<b>10,8</b>	<b>4,9</b>	<b>164</b>	<b>59,34</b>
ТТК печень говяжья	114	95						
лук репчатый	18	15						
масло растительное	5	5						
масса готовой печени с луком								
мука пшеничная	2	2						
морковь	62,5	50						
томатная паста	3,2	3,2						
вода питьевая	15	15						
<b>Каша перловая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>5,5</b>	<b>8,08</b>	<b>37,76</b>	<b>251,1</b>	<b>13,15</b>
№242 крупа перловая	60	60						
2013г. вода питьевая	144	144						
масло сливочное	9	9						
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>40</b>	<b>4,9</b>	<b>0,9</b>	<b>25,16</b>	<b>133,94</b>	<b>3,37</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>25,73</b>	<b>34,79</b>	<b>99,07</b>	<b>852,49</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ</b>				<b>55,23</b>	<b>76,46</b>	<b>155,91</b>	<b>1580,21</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Гуляш из мяса</b>			<b>120</b>	<b>9,1</b>	<b>7,5</b>	<b>3,4</b>	<b>117,5</b>	<b>74,73</b>
№367	свинина мясная	113	95					
2013г.	масло растительное	4	4					
масса тушеного мяса			60					
масса соуса			60					
	лук репчатый	14	12					
	томатная паста	2,4	2,4					
	мука пшеничная	4	4					
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>10,26</b>	<b>9,41</b>	<b>44,5</b>	<b>303,66</b>	<b>23,81</b>
№237	крупа гречневая	85	85					
2013г.	вода питьевая	108	108					
	масло сливочное	10	10					
<b>Чай с лимоном, без сахара</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>2,95</b>	<b>3,04</b>
№494	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
	лимон	6	5					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>68</b>	<b>4,5</b>	<b>0,8</b>	<b>23,12</b>	<b>123,08</b>	<b>6,12</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>23,96</b>	<b>17,71</b>	<b>71,22</b>	<b>547,19</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Суп с крупой</b>			<b>250</b>	<b>6,5</b>	<b>6,4</b>	<b>20,1</b>	<b>164</b>	<b>13,74</b>
№155	крупа пшено	5	5					
2013г.	картофель	67	50					
	морковь	12	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	66	6					
	вода питьевая	250	250					
<b>Птица отварная</b>			<b>100</b>	<b>23,57</b>	<b>16,29</b>	<b>0,6</b>	<b>242,86</b>	<b>75,65</b>
№404	бедро куриное	151	144					
2013г.	или грудка куриная на к	151	144					
	морковь	9	7,2					
	лук репчатый	4	3					
<b>Пюре из цветной капусты</b>			<b>150</b>	<b>2,4</b>	<b>5,2</b>	<b>4,2</b>	<b>75,9</b>	<b>44,23</b>
ТТК	капуста цветная	99	99					
	масло растительное	5	5					
	вода питьевая	75	75					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>50</b>	<b>3,7</b>	<b>0,7</b>	<b>19,04</b>	<b>101,36</b>	<b>3,38</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>36,37</b>	<b>28,59</b>	<b>43,94</b>	<b>586,87</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ</b>				<b>60</b>	<b>46</b>	<b>115</b>	<b>1134</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Котлета по-хлыновски</b>			<b>90</b>	<b>12,3</b>	<b>13,1</b>	<b>11,4</b>	<b>212,7</b>	<b>57,31</b>
ТТК	говядина к/к	89	75					
	или свинина мясная	89	75					
	или фарш мясной пром	75	75					
	картофель	24	18					
	лук репчатый	13	11					
	яичный порошок	2,24	2,24					
	сухари пшеничные	8	8					
	масло растительное	2	2					
<b>Морковь припущенная</b>			<b>150</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>14,9</b>	<b>115</b>	<b>19,29</b>
ТТК	морковь	200	160					
	вода питьевая	30	30					
	масло сливочное	3	3					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>17</b>	<b>0,66</b>	<b>0,12</b>	<b>3,4</b>	<b>18,1</b>	<b>1,20</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>16,06</b>	<b>17,82</b>	<b>40,7</b>	<b>390,8</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>7</b>	<b>2,56</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>6,86</b>	<b>8,34</b>
	сыр твёрдый	8	7					
<b>Борщ с капустой, картофелем, и сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>2,3</b>	<b>4,9</b>	<b>16,7</b>	<b>120,1</b>	<b>15,71</b>
№128	свекла	50	40					
2013г.	капуста свежая белокоч	25	20					
	картофель	27	20					
	морковь	16	13					
	лук репчатый	12	10					
	томатная паста	2,4	2,4					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	5	5					
	вода питьевая	200	200					
<b>Рыба, запеченная со сметаной и сыром</b>			<b>100</b>	<b>21,4</b>	<b>14,5</b>	<b>4,3</b>	<b>233,3</b>	<b>86,12</b>
ТТК	филе минтая с/м	226	113					
	мука пшеничная	5	5					
	сметана	10	10					
	сыр твёрдый	6	5					
	масло растительное	4	4					
<b>Каша перловая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>5,5</b>	<b>8,08</b>	<b>37,76</b>	<b>251,1</b>	<b>13,15</b>
№242	крупа перловая	60	60					
2013г.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	9	9					
<b>Компот из кураги с витамином С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>20,1</b>	<b>81</b>	<b>13,73</b>
№512	курага	20,3	20					
2013г.	вода питьевая	15	15					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>2,51</b>	<b>0,46</b>	<b>12,92</b>	<b>68,78</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>34,57</b>	<b>28,44</b>	<b>91,78</b>	<b>761,14</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ</b>				<b>51</b>	<b>46</b>	<b>132</b>	<b>1152</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Масло сливочное порциями №105 2013г.</b>			<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>6,6</b>	<b>0,06</b>	<b>59,84</b>	<b>5,44</b>
масло сливочное	5	5						
<b>Запеканка из творога</b>			<b>150</b>	<b>24</b>	<b>25,2</b>	<b>23,9</b>	<b>425</b>	<b>87,97</b>
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	11	11						
яичный порошок	3,27	3,27						
ванилин	0,001	0,001						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
<b>Какао с молоком, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>5</b>	<b>66,6</b>	<b>13,86</b>
№496 какао-порошок	5	5						
2013г. молоко питьевое	130	130						
вода питьевая	70	70						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>10</b>	<b>0,66</b>	<b>0,12</b>	<b>3,4</b>	<b>18,1</b>	<b>0,43</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>28,3</b>	<b>35,22</b>	<b>32,36</b>	<b>569,54</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>30</b>	<b>2,56</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>22,86</b>	<b>33,90</b>
сыр твердый	31	30						
<b>Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной</b>			<b>250/10</b>	<b>5,8</b>	<b>6,5</b>	<b>12</b>	<b>129,7</b>	<b>17,16</b>
№140 картофель	40	30						
2013г. капуста свежая белокоч	63	50						
морковь	16	13						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	10	10						
вода питьевая	200	200						
<b>Мясо, тушенное с капустой</b>			<b>200</b>	<b>24,25</b>	<b>58,42</b>	<b>14,5</b>	<b>680</b>	<b>75,97</b>
№365 говядина к/к	93	79						
2013г. или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш п/ф пром. пр.	74	74						
масса тушеного мяса		50						
капуста свежая белокоч	206	165						
масло растительное	7	7						
морковь	18	15						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	2	2						
мука пшеничная	4	4						
<b>Компот из изюма с витамином С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>20,1</b>	<b>81</b>	<b>5,09</b>
№512 изюм	15,3	15						
2013г. вода питьевая	207	207						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>68</b>	<b>4,5</b>	<b>0,8</b>	<b>23,12</b>	<b>123,08</b>	<b>6,28</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>37,41</b>	<b>66,22</b>	<b>69,72</b>	<b>1036,64</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ</b>				<b>66</b>	<b>101</b>	<b>102</b>	<b>1606</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b>			<b>140</b>	<b>13,3</b>	<b>7,2</b>	<b>6,3</b>	<b>143</b>	<b>64,83</b>
№343	филе минтая	130	87					
2013г.	вода питьевая	25	25					
	морковь	32	25					
	лук репчатый	17	14					
	томатная паста	3,6	3,6					
	масло растительное	4	4					
<b>Морковь припущенная</b>			<b>200</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>14,9</b>	<b>115</b>	<b>19,29</b>
ТТК	морковь	200	160					
	вода питьевая	30	30					
	масло сливочное	5	5					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Фрукт в ассортименте №112 2013г.</b>			<b>1шт</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>19,9</b>	<b>86,5</b>	<b>20,83</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,8</b>	<b>36,2</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>18,32</b>	<b>12,54</b>	<b>47,9</b>	<b>383,45</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Салат из свеклы отварной</b>			<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>5,5</b>	<b>8,4</b>	<b>88,4</b>	<b>9,48</b>
№50	свекла	117	94					
2013	масло растительное	6	6					
<b>Рассольник домашний со сметаной</b>			<b>250/10</b>	<b>1,83</b>	<b>5</b>	<b>10,65</b>	<b>122,45</b>	<b>24,23</b>
№132	картофель	100	75					
2013г.	огурцы конс.(без уксуса)	16,75	15					
	капуста	25	20					
	морковь	23	19					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	6	6					
	вода питьевая	175	175					
	сметана	10	10					
<b>Гречка по-купечески с мясом</b>			<b>200</b>	<b>11,8</b>	<b>13,5</b>	<b>32,5</b>	<b>298,7</b>	<b>66,56</b>
ТТК	говядина к/к	74	63					
	или свинина мясная	74	63					
	или говядина гуляш п/ф пром. пр.	63	63					
	масло растительное	2	2					
	крупа гречневая	38	38					
	вода питьевая	150	150					
	масло сливочное	8	8					
	морковь	25	20					
	лук репчатый	12	10					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>80</b>	<b>6,34</b>	<b>1,15</b>	<b>32,64</b>	<b>173,76</b>	<b>8,23</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>21,67</b>	<b>25,15</b>	<b>95,19</b>	<b>728,31</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ</b>				<b>40</b>	<b>38</b>	<b>143</b>	<b>1112</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Биточки мясные, с маслом сливочным</b>			<b>100/10</b>	<b>17,85</b>	<b>25,75</b>	<b>14,38</b>	<b>360,8</b>	<b>64,20</b>
№381	говядина к/к	74	74					
2013г.	или свинина мясная	74	74					
	или фарш мясной пром	74	74					
	хлеб пшеничный витамин	18	18					
	молоко питьевое	14	14					
	лук репчатый	6	5					
	яичный порошок	2,4	2,4					
	сухари пшеничные	6	6					
	масло растительное	5	5					
	масло сливочное	10	10					
<b>Свекла, тушенная в сметане</b>			<b>150</b>	<b>3,96</b>	<b>11,88</b>	<b>16,38</b>	<b>188,1</b>	<b>31,42</b>
№190	свекла	176	141					
2013г.	масло сливочное	5,25	5,25					
	сметана	37	37					
<b>Чай "Витаминный", без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>44,2</b>	<b>9,06</b>
ТТК	чай	1,8	1,8					
	шиповник	15	15					
	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>45</b>	<b>3,96</b>	<b>0,72</b>	<b>20,04</b>	<b>108,6</b>	<b>3,02</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>26,47</b>	<b>38,45</b>	<b>60,6</b>	<b>701,7</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Суп картофельный с бобовыми и сметаной</b>			<b>250/10</b>	<b>4,4</b>	<b>5,2</b>	<b>16</b>	<b>128,4</b>	<b>20,66</b>
№144	картофель	83	62,5					
2013г.	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	горошек зеленый консерв	28	18					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	10	10					
	вода питьевая	162,5	162,5					
<b>Гуляш из мяса</b>			<b>120</b>	<b>20,6</b>	<b>22</b>	<b>4,2</b>	<b>297</b>	<b>74,73</b>
№367	мясо к/к	113	95					
2013г.	масло растительное	4	4					
	масса тушеного мяса		60					
	масса соуса		60					
	лук репчатый	14	12					
	томатная паста	2,4	2,4					
	мука пшеничная	4	4					
<b>Капуста тушенная</b>			<b>180</b>	<b>6,66</b>	<b>6,48</b>	<b>7,02</b>	<b>113,4</b>	<b>22,85</b>
№423	капуста свежая белокоч	257	206					
2013г.	масло растительное	5	5					
	морковь	12	10					
	лук репчатый	10	8					
	томатная паста	4	4					
	мука пшеничная	4	3					
<b>Напиток из плодов шиповника с витамином С, без сахар</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>22,8</b>	<b>97</b>	<b>12,76</b>
№519	шиповник	25	25					
2013г.	вода питьевая	10	10					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>58</b>	<b>3,83</b>	<b>0,7</b>	<b>19,72</b>	<b>104,98</b>	<b>7,40</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>36,19</b>	<b>34,68</b>	<b>69,74</b>	<b>740,78</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ</b>				<b>62,7</b>	<b>73,13</b>	<b>130,34</b>	<b>1442,48</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>12</b>	<b>2,56</b>	<b>2,61</b>	<b>0</b>	<b>34,3</b>	<b>13,56</b>
	сыр твердый	13	12					
<b>Котлета мясная, с маслом сливочным</b>			<b>100/10</b>	<b>17,85</b>	<b>25,75</b>	<b>14,38</b>	<b>360,8</b>	<b>54,08</b>
№381	фарш пром.пр-ва	74	74					
2013г.	хлеб пшеничный витаминизированный	18	18					
	молоко питьевое	14	14					
	лук репчатый	6	5					
	яичный порошок	2,4	2,4					
	сухари пшеничные	6	6					
	масло растительное	2	2					
	масло сливочное	10	10					
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>10,26</b>	<b>9,41</b>	<b>44,5</b>	<b>303,66</b>	<b>23,81</b>
№237	крупа гречневая	85	85					
2013г.	вода питьевая	108	108					
	масло сливочное	10	10					
<b>Чай с лимоном, без сахара</b>			<b>200/5</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>2,95</b>	<b>3,04</b>
№494	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
	лимон	6	5					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>47</b>	<b>3,83</b>	<b>0,7</b>	<b>19,72</b>	<b>104,98</b>	<b>3,21</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>34,6</b>	<b>38,47</b>	<b>78,8</b>	<b>806,69</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Суп картофельный с клецками на бульоне из кур</b>			<b>250/25</b>	<b>1,2</b>	<b>2,6</b>	<b>8,78</b>	<b>105,45</b>	<b>7,90</b>
№146	картофель	67	50					
2013г.	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло растительное	3,5	3,5					
	бульон	187,5	187,5					
клецки:	мука пшеничная	7,7	7,7					
№172	молоко питьевое	12	12					
2013г.	яичный порошок	0,6	0,6					
	масло сливочное	0,8	0,8					
<b>Птица отварная</b>			<b>100</b>	<b>23,57</b>	<b>16,29</b>	<b>0,6</b>	<b>242,86</b>	<b>72,62</b>
№404	бедро куриное	151	144					
2013г.	или грудка куриная на кости	151	144					
	морковь	9	7,2					
	лук репчатый	4	3					
<b>Морковь припущенная</b>			<b>150</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>14,9</b>	<b>115</b>	<b>19,29</b>
ТТК	морковь	200	160					
	вода питьевая	30	30					
	масло сливочное	3	3					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>68</b>	<b>4,5</b>	<b>0,8</b>	<b>23,12</b>	<b>123,08</b>	<b>8,69</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>32,37</b>	<b>24,29</b>	<b>58,4</b>	<b>631,39</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ</b>				<b>67</b>	<b>63</b>	<b>137</b>	<b>1438</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Биточки рубленные из птицы запеченные, с маслом слив.</b>			<b>100/5</b>	<b>11,4</b>	<b>15,2</b>	<b>11,2</b>	<b>227,2</b>	<b>58,25</b>
ТТК	филе куриное пром. пр-	71	67					
	хлеб пшеничный	19	19					
	лук репчатый	11	9					
	молоко питьевое	20	20					
	яичный порошок	1,82	1,82					
	мука пшеничная	6	6					
	масло растительное	2	2					
	масло сливочное	5	5					
<b>Пюре из цветной капусты</b>			<b>150</b>	<b>2,4</b>	<b>5,2</b>	<b>4,2</b>	<b>75,9</b>	<b>44,23</b>
ТТК	капуста цветная	99	99					
	масло растительное	5	5					
	вода питьевая	75	75					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>56</b>	<b>4,2</b>	<b>0,8</b>	<b>21,42</b>	<b>114,03</b>	<b>3,82</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>18,2</b>	<b>21,2</b>	<b>36,82</b>	<b>419,88</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Борщ с капустой, картофелем и сметаной</b>			<b>250/10</b>	<b>2,3</b>	<b>4,9</b>	<b>16,7</b>	<b>120,1</b>	<b>17,51</b>
№128	свекла	50	40					
2013г.	капуста свежая белокач.	25	20					
	картофель	27	20					
	морковь	16	13					
	лук репчатый	12	10					
	томатная паста	2,4	2,4					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	10	10					
	вода питьевая	200	200					
<b>Бефстроганов</b>			<b>120</b>	<b>12,5</b>	<b>10,9</b>	<b>5,6</b>	<b>170,5</b>	<b>76,49</b>
№366	свинина мясная	110	94					
2013г.	масса тушеного мяса		60					
	масса соуса		60					
	мука пшеничная	6	6					
	сметана	12	12					
	вода питьевая	48	48					
	лук репчатый	18	15					
	масло растительное	10	10					
<b>Каша перловая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>5,5</b>	<b>8,08</b>	<b>37,76</b>	<b>251,1</b>	<b>13,15</b>
№242	крупа перловая	60	60					
2013г.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	9	9					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>7,14</b>	<b>38,01</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>21,89</b>	<b>24,18</b>	<b>78,2</b>	<b>624,71</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ</b>				<b>40</b>	<b>45</b>	<b>115</b>	<b>1045</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Масло сливочное порциями №105 2013г.</b>			<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>6,6</b>	<b>0,06</b>	<b>59,84</b>	<b>5,44</b>
масло сливочное	5	5						
<b>Запеканка из творога</b>			<b>150</b>	<b>24</b>	<b>25,2</b>	<b>23,9</b>	<b>425</b>	<b>88,45</b>
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	11	11						
яичный порошок	3,27	3,27						
ванилин	0,001	0,001						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
<b>Кофейный напиток с молоком, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>2,7</b>	<b>5,9</b>	<b>40,3</b>	<b>11,96</b>
№501 кофейный напиток	4	4						
2013г. молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>27</b>	<b>2,31</b>	<b>0,42</b>	<b>11,9</b>	<b>63,85</b>	<b>1,85</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>29,55</b>	<b>34,92</b>	<b>41,76</b>	<b>588,99</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Рассольник "Ленинградский", со сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>7,2</b>	<b>5,9</b>	<b>15,4</b>	<b>143,5</b>	<b>17,33</b>
№134 картофель	69	52						
2013г. крупа перловая	5	5						
огурцы конс. (без укуса)	27	15						
морковь	13	10						
лук репчатый	6	5						
масло сливочное	5	5						
вода питьевая	187,5	187,5						
сметана	5	5						
<b>Печень, тушенная в соусе</b>			<b>100</b>	<b>13,3</b>	<b>7,7</b>	<b>5,5</b>	<b>144</b>	<b>71,26</b>
№401 печень говяжья	146	101						
2013г. мука пшеничная	5	5						
масло растительное	4	4						
масса тушеной печени		60						
соус сметанный		40						
№442 сметана	10	10						
2013г. мука пшеничная	1	1						
вода питьевая	30	30						
масло сливочное	1	1						
<b>Капуста тушенная</b>			<b>150</b>	<b>6,66</b>	<b>6,48</b>	<b>7,02</b>	<b>113,4</b>	<b>18,46</b>
№423 капуста свежая белоко	215	172						
2013г. масло растительное	4	4						
морковь	10	8						
лук репчатый	8	7						
томатная паста	1,2	1,2						
мука пшеничная	2,5	2,5						
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>22</b>	<b>3,69</b>	<b>0,67</b>	<b>19,04</b>	<b>101,36</b>	<b>1,45</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>31,05</b>	<b>20,75</b>	<b>57,96</b>	<b>547,26</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 14 ДЕНЬ</b>				<b>61</b>	<b>56</b>	<b>100</b>	<b>1136</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г		
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Курица в соусе с томатом</b>			<b>80/50</b>	<b>13,6</b>	<b>13,5</b>	<b>4,1</b>	<b>192</b>	<b>74,95</b>
№405	бедро куриное	132	119					
2013г.	или грудка куриная на к	132	119					
	масло сливочное	9	9					
	лук репчатый	9,3	7,5					
	томатная паста	9,3	9,3					
	мука пшеничная	1,9	1,9					
	чеснок	1,2	0,9					
	сметана	5	5					
	морковь	9,3	7,5					
	вода питьевая	46	46					
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>8,55</b>	<b>7,8</b>	<b>37,08</b>	<b>253,05</b>	<b>27,07</b>
№237	крупа гречневая	85	85					
2013г.	вода питьевая	108	107					
	масло сливочное	10	10					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>43</b>	<b>1,21</b>	<b>0,22</b>	<b>6,46</b>	<b>34,39</b>	<b>4,28</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>23,56</b>	<b>21,52</b>	<b>47,64</b>	<b>482,19</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>10</b>	<b>7,68</b>	<b>1,57</b>	<b>0</b>	<b>102,9</b>	<b>11,30</b>
	сыр твердый	11	10					
<b>Суп с крупой</b>			<b>250</b>	<b>6,5</b>	<b>6,4</b>	<b>20,1</b>	<b>164</b>	<b>13,74</b>
№155	крупа пшено	5	5					
2013г.	картофель	67	50					
	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	4,8	4,8					
	вода питьевая	250	250					
<b>Рыба, запеченная со сметаной и сыром</b>			<b>100</b>	<b>21,4</b>	<b>14,5</b>	<b>4,3</b>	<b>233,3</b>	<b>86,12</b>
ТТК	филе минтая с/м	226	113					
	мука пшеничная	5	5					
	сметана	10	10					
	сыр твердый	6	5					
	масло растительное	4	4					
<b>Морковь припущенная</b>			<b>150</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>14,9</b>	<b>115</b>	<b>19,29</b>
ТТК	морковь	200	160					
	вода питьевая	30	30					
	масло сливочное	3	3					
<b>Компот из сухофруктов с витамином С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>8,9</b>	<b>40,35</b>	<b>5,13</b>
№508	сухофрукты	20,3	20					
2013г.	вода питьевая	205	205					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>41</b>	<b>5,2</b>	<b>0,9</b>	<b>26,86</b>	<b>148,99</b>	<b>2,82</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>44,38</b>	<b>27,97</b>	<b>75,06</b>	<b>804,54</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 15 ДЕНЬ</b>				<b>68</b>	<b>49</b>	<b>123</b>	<b>1287</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Гуляш из мяса</b>			<b>120</b>	<b>20,6</b>	<b>22</b>	<b>4,2</b>	<b>297</b>	<b>74,73</b>
№367	мясо к/к	113	95					
2013г.	масло растительное	4	4					
масса тушеного мяса			60					
масса соуса			60					
	лук репчатый	14	12					
	томатная паста	2,4	2,4					
	мука пшеничная	4	4					
<b>Свекла, тушенная в сметане</b>			<b>150</b>	<b>4,4</b>	<b>13,2</b>	<b>18,2</b>	<b>209</b>	<b>30,22</b>
№190	свекла	176	141					
2013г.	масло сливочное	5,25	5,25					
	сметана	37	37					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>7,14</b>	<b>38,01</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>26,59</b>	<b>35,5</b>	<b>29,54</b>	<b>546,76</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Суп картофельный с клецками на бульоне из кур</b>			<b>250/25</b>	<b>1,2</b>	<b>2,6</b>	<b>8,78</b>	<b>105,45</b>	<b>7,90</b>
№146	картофель	67	50					
2013г.	морковь	12,5	10					
	лук репчатый	12	10					
	масло растительное	3,5	3,5					
	бульон	187,5	187,5					
клёчки:	мука пшеничная	7,7	7,7					
№172	молоко питьевое	12	12					
2013г.	яичный порошок	0,6	0,6					
	масло сливочное	0,8	0,8					
<b>Птица отварная</b>			<b>200</b>	<b>28,28</b>	<b>19,55</b>	<b>0,72</b>	<b>291,43</b>	<b>72,62</b>
№404	бедро куриное	151	144					
2013г.	или грудка куриная на к	151	144					
	морковь	9	7,2					
	лук репчатый	4	3					
<b>Капуста тушёная</b>			<b>180</b>	<b>6,66</b>	<b>6,48</b>	<b>7,02</b>	<b>113,4</b>	<b>22,85</b>
№423	капуста свежая белокоч	257	206					
2013г.	масло растительное	5	5					
	морковь	12	10					
	лук репчатый	10	8					
	томатная паста	4	4					
	мука пшеничная	3	3					
<b>Сок в индивидуальной упаковке</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>76</b>	<b>5,08</b>	<b>0,92</b>	<b>26,18</b>	<b>139,37</b>	<b>5,13</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>41,42</b>	<b>29,55</b>	<b>53,7</b>	<b>694,65</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 16 ДЕНЬ</b>				<b>68</b>	<b>65</b>	<b>83</b>	<b>1241</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Масло сливочное порциями №105 2013г.</b>			<b>6</b>	<b>0,04</b>	<b>6,6</b>	<b>0,06</b>	<b>59,84</b>	<b>6,78</b>
масло сливочное	6	6						
<b>Запеканка из творога</b>			<b>150</b>	<b>24</b>	<b>25,2</b>	<b>23,9</b>	<b>425</b>	<b>88,45</b>
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	11	11						
яичный порошок	3,27	3,27						
ванилин	0,001	0,001						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
<b>Компотик теплый из свежих плодов с вит С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>37,95</b>	<b>11,12</b>
№507 яблоки свежие	45,6	40						
2013г. вода питьевая	162	162						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>7,14</b>	<b>38,01</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>25,93</b>	<b>32,3</b>	<b>39,2</b>	<b>560,8</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>8</b>	<b>2,56</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>6,86</b>	<b>9,29</b>
сыр твердый	9	8						
<b>Суп крестьянский с крупой и сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>3,1</b>	<b>5,2</b>	<b>17,2</b>	<b>128</b>	<b>13,61</b>
№154 крупа перловая	10	10						
2013г. картофель	33	25						
капуста свежая белокоц	38	30						
морковь	12,5	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
вода питьевая	212,5	212,5						
<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b>			<b>140</b>	<b>13,3</b>	<b>7,2</b>	<b>6,3</b>	<b>143</b>	<b>64,83</b>
№343 филе минтая	130	87						
2013г. вода питьевая	25	25						
морковь	32	25						
лук репчатый	17	14						
томатная паста	3,6	3,6						
масло растительное	4	4						
<b>Пюре из цветной капусты</b>			<b>150</b>	<b>2,4</b>	<b>5,2</b>	<b>4,2</b>	<b>75,9</b>	<b>44,23</b>
ТТК капуста цветная	99	99						
масло растительное	5	5						
вода питьевая	75	75						
<b>Компот из изюма с витамином С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>20,1</b>	<b>81</b>	<b>5,09</b>
№512 изюм	15,3	15						
2013г. вода питьевая	207	207						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>2,6</b>	<b>0,5</b>	<b>13,3</b>	<b>70,6</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>24,26</b>	<b>18,6</b>	<b>61,1</b>	<b>505,36</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 17 ДЕНЬ</b>				<b>50</b>	<b>51</b>	<b>100</b>	<b>1066</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Горошек зелен.консервир.с маслом растительным</b>			<b>30/5</b>	<b>1,17</b>	<b>0,17</b>	<b>18,8</b>	<b>85</b>	<b>8,49</b>
горошек зеленый	45	30						
масло растительное	5	5						
<b>Печень говяжья по-строгановски</b>			<b>120</b>	<b>11,9</b>	<b>10,9</b>	<b>3,7</b>	<b>160,5</b>	<b>68,12</b>
№398 печень говяжья	137	114						
2013г. масло растительное	5	5						
масса готовой печени		60						
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	30	30						
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>10,26</b>	<b>9,41</b>	<b>44,5</b>	<b>303,66</b>	<b>23,81</b>
№237 крупа гречневая	85	85						
2013г. вода питьевая	108	108						
масло сливочное	10	10						
<b>Кисель из концентрата с витамином С, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>1,4</b>	<b>0</b>	<b>19</b>	<b>83,3</b>	<b>5,93</b>
№503 кисель	24	24						
2013г. вода питьевая	190	190						
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>20</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>7,14</b>	<b>38,01</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>26,12</b>	<b>20,78</b>	<b>93,14</b>	<b>670,47</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Свекольник со сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>2,5</b>	<b>4,9</b>	<b>16,2</b>	<b>118,9</b>	<b>17,54</b>
№131 свекла	80	64						
2013г. картофель	57	43						
морковь	12	10						
лук репчатый	13	11						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	5	5						
сметана	5	5						
<b>Котлета по-хлыновски</b>			<b>100</b>	<b>14,1</b>	<b>14,5</b>	<b>12,7</b>	<b>237,7</b>	<b>57,38</b>
ТТК говядина к/к	98	83						
или свинина мясная	98	83						
или фарш мясной пром	83	83						
картофель	26	20						
лук репчатый	15	13						
яичный порошок	2,24	2,24						
сухари пшеничные	8	8						
масло растительное	2	2						
<b>Свекла, тушенная в сметане</b>			<b>150</b>	<b>3,75</b>	<b>9,9</b>	<b>13,65</b>	<b>156,75</b>	<b>31,42</b>
№190 свекла	176	141						
2013г. масло сливочное	5,25	5,25						
сметана	37	37						
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>32</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,5</b>	<b>45,25</b>	<b>2,16</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>22,2</b>	<b>29,6</b>	<b>62,05</b>	<b>603,6</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 18 ДЕНЬ</b>				<b>48</b>	<b>50</b>	<b>155</b>	<b>1274</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Рыба, запеченная с маслом сливочным</b>			<b>100/5</b>	<b>21,4</b>	<b>14,5</b>	<b>4,3</b>	<b>233,3</b>	<b>83,19</b>
ТТК	филе минтая с/м	226	113					
	сухари панировочные	4	4					
	масло растительное	6	6					
	масло сливочное	5	5					
<b>Морковь припущенная</b>			<b>150</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>14,9</b>	<b>115</b>	<b>19,29</b>
ТТК	морковь	200	160					
	вода питьевая	30	30					
	масло сливочное	3	3					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>56</b>	<b>3,7</b>	<b>0,7</b>	<b>19,04</b>	<b>101,36</b>	<b>3,82</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>28,2</b>	<b>19,8</b>	<b>38,24</b>	<b>452,41</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Сыр твердый (порциями) №100 2013г.</b>			<b>13</b>	<b>6,4</b>	<b>1,3</b>	<b>0</b>	<b>85,75</b>	<b>15,09</b>
	сыр твердый	14	13					
<b>Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной</b>			<b>250/5</b>	<b>5,8</b>	<b>6,5</b>	<b>12</b>	<b>129,7</b>	<b>15,42</b>
№140	картофель	40	30					
2013г.	капуста свежая белокоч	63	50					
	морковь	16	13					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	5	5					
	сметана	5	5					
	вода питьевая	200	200					
<b>Мясо, тушенное с капустой</b>			<b>250</b>	<b>24,25</b>	<b>58,42</b>	<b>14,5</b>	<b>680</b>	<b>75,97</b>
№365	говядина к/к	93	79					
2013г.	или свинина мясная	87	74					
	или говядина гуляш п/ф пром. пр.	74	74					
<b>масса тушеного мяса</b>			<b>50</b>					
	капуста свежая белокоч	206	165					
	масло растительное	7	7					
	морковь	18	15					
	лук репчатый	12	10					
	томатная паста	2	2					
	мука пшеничная	4	4					
<b>Сок в индивидуальной упаковке, без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>29,90</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.</b>			<b>30</b>	<b>3,6</b>	<b>0,7</b>	<b>18,7</b>	<b>39,55</b>	<b>2,02</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>40,25</b>	<b>66,92</b>	<b>56,2</b>	<b>980</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 19 ДЕНЬ</b>				<b>68</b>	<b>87</b>	<b>94</b>	<b>1432</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
<b>Котлеты из мяса и курицы "Школьные"</b>			<b>90</b>	<b>11,3</b>	<b>9,8</b>	<b>11,9</b>	<b>181</b>	<b>50,67</b>
ТТК	говядина к/к	63	53					
	или свинина мясная	63	53					
	или фарш мясной пром	53	53					
	филе куриное пром. пр-	16	15					
	крупа рисовая	6	6					
	молоко питьевое	20	20					
	лук репчатый	6	5					
	яичный порошок	3,36	3,36					
	мука пшеничная	8	8					
	<i>масло растительное для смазки л</i>	2	2					
<b>Свекла, тушенная в сметане</b>			<b>150</b>	<b>3,75</b>	<b>9,9</b>	<b>13,65</b>	<b>156,75</b>	<b>31,42</b>
№190	свекла	176	14,1					
2013э.	масло сливочное	5,25	5,25					
	сметана	37	37					
<b>Чай без сахара</b>			<b>200</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,75</b>	<b>1,40</b>
№493	чай	1,8	1,8					
2013э.	вода питьевая	200	200					
<b>Фрукт в ассортименте №112 2013э.</b>			<b>1шт</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>19,9</b>	<b>86,5</b>	<b>22,86</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.</b>			<b>20</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>6,8</b>	<b>36,2</b>	<b>1,35</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>17,15</b>	<b>20,4</b>	<b>52,25</b>	<b>463,2</b>	<b>107,70</b>
<b>ОБЕД</b>								
<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b>			<b>100</b>	<b>1,6</b>	<b>10,01</b>	<b>9,6</b>	<b>136</b>	<b>10,15</b>
№4	капуста свежая белокоч	106	84					
2013э.	морковь	13	10					
	масло растительное	5	5					
	лимонная кислота	0,1	0,1					
	вода питьевая	5	5					
<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>			<b>250</b>	<b>7,3</b>	<b>6,1</b>	<b>18,5</b>	<b>158,1</b>	<b>13,20</b>
№147	картофель	100	75					
2013э.	макаронные изделия	10	10					
	морковь	24	19					
	лук репчатый	12	10					
	масло сливочное	5	5					
	вода питьевая	175	175					
<b>Печень, тушенная с овощами</b>			<b>100</b>	<b>11,7</b>	<b>10,8</b>	<b>4,9</b>	<b>164</b>	<b>59,34</b>
ТТК	печень говяжья	114	95					
	лук репчатый	18	15					
	масло растительное	5	5					
	<i>масса готовой печени с луком</i>		60					
	мука пшеничная	2	2					
	морковь	62,5	50					
	томатная паста	3,2	3,2					
	вода питьевая	15	15					
<b>Каша перловая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>5,5</b>	<b>8,08</b>	<b>37,76</b>	<b>251,1</b>	<b>13,15</b>
№242	крупа перловая	60	60					
2013г.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	9	9					
<b>Молоко питьевое ультрапастер. С витаминами и йодом</b>			<b>200</b>	<b>5,6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,4</b>	<b>118</b>	<b>39,78</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.</b>			<b>41</b>	<b>2,7</b>	<b>0,49</b>	<b>13,94</b>	<b>74,21</b>	<b>2,78</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>34,4</b>	<b>41,88</b>	<b>94,1</b>	<b>901,41</b>	<b>138,40</b>
<b>ИТОГ ЗА 20 ДЕНЬ</b>				<b>52</b>	<b>62</b>	<b>146</b>	<b>1365</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_