

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор MAOY COШ № 4 г. Ишима
С.Н. Разнатовская
Директор MAOY COШ № 12 г. Ишима
Сма С.В. Старикова
Директор MAOY COШ № 31 г. Ишима
В.Д. Олькин



Директор ООО «СИБ-НОВА»
А.Н. Гончаров

**ПРИМЕРНОЕ
20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(завтрак 2 комплекс)
для горячего питания обучающихся
7-11 лет
MAOY COШ № 4 г. Ишима,
MAOY COШ № 12 г. Ишима,
MAOY COШ № 31 г. Ишима
под стоимость 127р. 70к. ежедневно**

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	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК			100	0,5	0,1	1	6,9	37,29
огурцы конс. без уксуса	181	100						
Биточки рубленные из птицы запеченные, с маслом сливочным			100/10	11,4	15,2	11,2	227,2	63,69
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	10	10						
Рис припущенный			180	4,25	7,25	38,88	237,78	18,85
№415 крупа рисовая	63	63						
2013г. вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,42
№494 чай	1,8	1,8						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			34	2,81	0,3	18,2	86,95	3,10
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2,64	0,48	13,6	72,4	1,35
ИТОГО				21,7	23,33	97,88	691,23	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый (порциями) №100 2013г.			30	2,56	2,61	0	34,3	33,90
сыр твердый	31	30						
Биточки мясные, с маслом сливочным			100/5	17,85	25,75	14,38	360,8	58,64
№381 говядина к/к	74	74						
2013г. или свинина мясная	74	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	5	5						
масло сливочное	5	5						
Капуста тушеная			180	6,66	6,48	7,02	113,4	22,85
№423 капуста свежая белокоч	257	206						
2013г. масло растительное	5	5						
морковь	13	10						
лук репчатый	9	8						
томатная паста	4	4						
мука пшеничная	3	3						
сахар	4	4						
Чай с лимоном			200	0,1	0	15,2	61	5,07
№494 чай	1,8	1,8						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
лимон	6	5						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			52	1,98	0,36	10,2	54,3	3,52
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			41	2,66	0,28	17,22	82,25	3,72
ИТОГО				31,81	35,48	64,02	706,05	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК			100	0,5	0,1	1	6,9	37,29
огурцы конс. без уксуса	181	100						
Плов из мяса			250	18,9	18,6	49,2	440	79,30
№370 говядина к/к	87	74						
2013г. или свинина мясная	87	74						
или говядина п/ф пром. пр-ва	74	74						
масса тушеного мяса		50						
масло растительное	12	12						
крупа рисовая	70	70						
морковь	25	20						
лук репчатый	19	16						
томатная паста	10	10						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,42
№494 чай	1,8	1,8						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	1,32	0,24	6,8	36,2	2,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			55	3,38	0,36	22,14	105,75	4,99
ИТОГО				24,2	19,3	94,14	648,85	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Курица в соусе с томатом			120/50	13,6	13,5	4,1	192	98,33
№405 бедро куриное	185	178						
2013г. или грудка куриная на к	154	149						
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						
Рис припущенный			200	4,25	7,25	38,88	237,78	22,51
№415 крупа рисовая	70	70						
2013г. вода питьевая	148	148						
масло сливочное	7	7						
Чай с сахаром			200	1	0	15	60	3,42
№493 чай	1,8	1,8						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,35
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			23	1,98	0,21	12,79	61,1	2,09
ИТОГО				22,15	21,2	77,57	587,08	127,70

Повар-бригадир _____

5 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Горошек зелен.консервир.с маслом растительным			55/5	1,17	0,17	18,8	85	14,35
горошек зеленый	84	55						
масло растительное	5	5						
Жаркое по-домашнему			220	26	23,2	16,6	379	95,70
№369 говядина к/к	130	111						
2013г. или свинина мясная	130	111						
или говядина гуляш п/ф пром. пр.	111	111						
картофель	166	125						
морковь	25	20						
масло растительное	10	10						
лук репчатый	17	15						
Кофейный напиток с молоком			200	3,2	2,7	15,9	79	13,31
№501 кофейный напиток	4	4						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,32	0,24	6,8	36,2	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			25	2,13	0,22	13,78	65,8	2,32
ИТОГО				33,82	26,53	71,88	645	127,70

Повар-бригадир _____

6 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Биточки мясные, с маслом сливочным			120/5	17,85	25,75	14,38	360,8	68,86
№381 говядина к/к	105	89						
2013е. или свинина мясная	105	89						
или фарш мясной пром	89	89						
хлеб пшеничный витам	22	22						
молоко питьевое	17	17						
лук репчатый	5,4	4,5						
яичный порошок	1,26	1,26						
сухари пшеничные	5,5	5,5						
масло растительное	2	2						
масло сливочное	5	5						
Капуста тушеная			180	6,66	6,48	7,02	113,4	22,85
№423 капуста свежая белокоч	257	206						
2013е. масло растительное	5	5						
морковь	13	10						
лук репчатый	9	8						
томатная паста	4	4						
мука пшеничная	3	3						
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013е.			37	2,13	0,22	13,78	65,8	3,39
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013е.			40	2,64	0,48	13,6	72,4	2,70
ИТОГО				29,48	32,93	59,78	657,4	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы)ТТК			60	0,5	0,1	1	6,9	22,37
огурцы конс. без уксуса	109	60						
Гуляш из мяса			120	20,6	22	4,2	297	74,73
№367 мясо к/к	113	95						
2013э. 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						
Каша гречневая рассыпчатая			180	10,26	9,41	44,5	303,66	23,81
№237 крупа гречневая	85	85						
2013э. вода питьевая	108	108						
масло сливочное	7	7						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,42
№494 чай	1,8	1,8						
2013э. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.			20	2,64	0,48	13,6	72,4	1,35
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013э.			22	3,42	0,36	22,14	105,75	2,02
ИТОГО				37,52	32,35	100,44	845,71	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Котлета по-хлыновски с маслом сливочным			120/5	12,3	13,1	11,4	212,7	74,54
<i>ТТК</i>	говядина к/к	117	100					
	или свинина мясная	117	100					
	или фарш мясной пром	100	100					
	картофель	32	24					
	лук репчатый	17	15					
	яичный порошок	2,68	2,68					
	сухари пшеничные	9	9					
	масло растительное	3	3					
	масло сливочное	5	5					
Овощи припущенные			180	3,3	4,4	23,5	147	19,14
<i>ТТК</i>	морковь	97	78					
	лук репчатый	21	18					
	картофель	131	98					
	мука пшеничная	3,6	3,6					
	масло сливочное	4	4					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			30	3,42	0,36	22,14	105,75	2,77
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,76	0,08	4,92	23,5	1,35
ИТОГО				19,98	17,94	72,96	533,95	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый (порциями) №100 2013г.								
	31	30	30	2,56	2,61	0	34,3	33,90
сыр твердый								
Фрикадельки из кур (2шт. по 50г.)								
			100	10,8	10,9	5,4	162,9	54,67
№410 филе куриное пром.пр-т	72	65						
2013г. молоко питьевое	15	15						
яичный порошок	2,52	2,52						
хлеб пшеничный витам	15	15						
масло растительное	2	2						
Картофель отварной								
	237	178	180	2,7	5,8	31,6	189,4	18,58
№173 картофель								
2013г. масло сливочное	8	8						
Какао с молоком								
			200	3,6	3,3	25	144	15,88
№496 какао-порошок	5	5						
2013г. молоко питьевое	130	130						
сахар	15	15						
вода питьевая	70	70						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			30	3,96	0,66	20,4	108,6	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.								
			29	5,4	0,57	34,93	166,85	2,65
ИТОГО				29,02	23,84	117,33	806,05	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Котлеты из мяса и курицы "Школьные"			120/5	11,3	9,8	11,9	181	69,17
ТТК говядина 1 категории	96	70						
или говядина к/к	96	70						
или свинина мясная	96	70						
или фарш мясной пром.	70	70						
филе куринное пром. п	15	15						
крупа рисовая	6	6						
молоко питьевое	20	20						
лук репчатый	6	5						
яичный порошок	3,36	3,36						
мука пшеничная	8	8						
масло растительное для смазки ли	2	2						
масло сливочное	5	5						
Макаронные изделия отварные			200	6,79	0,81	34,85	173,88	12,02
№291 макаронные изделия	71	71						
2013е. масло сливочное	5	5						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,42
№493 чай	1,8	1,8						
2013е. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Фрукт в ассортименте №112 2013е.			175	0,9	0,75	29,85	129,75	35,17
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013е.			50	5,4	0,57	34,93	166,85	4,55
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013е.			50	2,84	0,52	14,62	77,83	3,37
ИТОГО				27,33	12,45	141,15	789,31	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Горошек зелен.консервир.с маслом растительным			55/5	1,17	0,17	18,8	85	14,35
горошек зеленый	84	55						
масло растительное	5	5						
Биточки мясные, с маслом сливочным			100/5	17,85	25,75	14,38	360,8	58,76
№381 говядина к/к	74	74						
2013э. или свинина мясная	74	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	5	5						
масло сливочное	5	5						
Рагу из овощей			180	3,6	9,63	15,3	162	16,48
№195 картофель	173	130						
2013э. морковь	30	24						
лук репчатый	17	15						
масло растительное	10	10						
соус		50						
томатная паста	10	10						
мука пшеничная	2	2						
морковь	6	5						
лук репчатый	6	5						
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.			50	3,3	0,6	17	90,5	3,37
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013э.			53	0,38	0,47	29,03	138,65	4,84
ИТОГО				26,5	36,62	105,51	881,95	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы)ТТК			90	0,5	0,1	1	6,9	33,56
огурцы конс. без уксуса	163	90						
Жаркое по-домашнему			250	26	23,2	16,6	379	75,65
№369 говядина к/к	93	79						
2013г. или свинина мясная	87	74						
или говядина гуляш п/ф пром. пр.	79	79						
<i>масса готового мяса</i>		50						
картофель	220	165						
морковь	31	25						
масло растительное	6	6						
лук репчатый	24	20						
Чай с молоком			200	0,1	0	15	60	12,21
№495 чай	1,8	1,8						
2013г. вода питьевая	100	100						
молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	39	0,24	6,8	36,2	2,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			40	3,04	0,32	19,68	94	3,58
ИТОГО				68,64	23,86	59,08	576,1	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый (порциями) №100 2013г.			20	2,56	2,61	0	34,3	22,60
сыр твердый	21	20						
Биточки рубленные из птицы запеченные, с маслом сливочным			100/5	11,4	15,2	11,2	227,2	58,25
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					
Макаронные изделия отварные			180	6,79	0,81	34,85	173,88	10,28
№291	макаронные изделия	64	64					
2013г.	масло сливочное	4	4					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2,64	0,48	13,6	72,4	2,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			43	2,05	0,22	13,28	63,45	3,97
ИТОГО				25,64	19,32	83,93	616,23	127,70

Повар-бригадир _____

14 ДЕНЬ

Утверждаю

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Гуляш из мяса			120	20,6	22	4,2	297	74,73
№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					
Каша гречневая рассыпчатая			150	10,26	9,41	44,5	303,66	18,97
№237	крупа гречневая	71	71					
2013г.	вода питьевая	90	90					
	масло сливочное	5	5					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,98	0,36	10,2	54,3	1,35
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			30	2,28	0,24	14,76	70,5	2,75
ИТОГО				35,32	32,01	84,66	770,46	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы) ТТК			100	0,5	0,1	1	6,9	37,29
огурцы конс. без уксуса	182	100						
Сердце говяжье, в соусе			100	11,5	7,9	6,8	144,3	42,70
№403 сердце говяжье	97	83						
2013э. морковь	25	20						
лук репчатый	23	20						
масло растительное	5	5						
<i>масса готового сердца</i>		50						
<i>соус</i>		50						
вода питьевая	50	50						
масло растительное	1,5	1,5						
мука в/с	2,5	2,5						
томатная паста	4	4						
морковь	5	4						
лук репчатый	2,3	2						
сахар	1,25	1,25						
Макаронные изделия отварные			180	6,79	0,81	34,85	173,88	10,28
№291 макаронные изделия	64	64						
2013э. масло сливочное	4	4						
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013э.			50	3,96	0,72	20,4	108,6	3,37
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013э.			46	5,62	0,59	36,41	173,9	4,16
ИТОГО				28,07	10,02	109,46	645,68	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Масло сливочное порциями №105 2013			20	0,1	16,5	0,16	149,6	21,76
масло сливочное	20	20						
Гуляш из мяса			120	20,6	22	4,2	297	74,73
№367 мясо к/к	113	95						
2013г. масло растительное	4	4						
<i>масса тушеного мяса</i>		60						
<i>масса соуса</i>		60						
лук репчатый	14	12						
томатная паста	2,4	2,4						
мука пшеничная	4	4						
Каша гречневая рассыпчатая			180	10,26	9,41	44,5	303,66	23,81
№237 крупа гречневая	85	85						
2013г. вода питьевая	108	108						
масло сливочное	10	10						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15,2	61	3,42
№493 чай	1,8	1,8						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	3,96	0,72	20,4	108,6	1,35
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			28	5,32	0,56	34,44	164,5	2,63
ИТОГО				40,34	49,19	118,9	1084,36	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы)ТТК			90	0,5	0,1	1	6,9	33,56
огурцы конс. без уксуса	163	90						
Биточки мясные, с маслом сливочным			100/5	17,85	25,75	14,38	360,8	58,64
№381 говядина к/к	74	74						
2013г. или свинина мясная	74	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	5	5						
масло сливочное	5	5						
Рис припущенный			180	4,25	7,25	38,88	237,78	18,85
№415 крупа рисовая	63	63						
2013г. вода питьевая	133	133						
масло сливочное	5	5						
Компотик теплый из свежих плодов с витамином С			200	0,5	0,2	23,1	96	11,12
№507 яблоки свежие	45,6	40						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	2,64	0,48	13,6	72,4	2,02
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			38	3,12	0,33	20,17	96,35	3,51
ИТОГО				28,86	34,11	111,13	870,23	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Горошек зелен.консервир.с маслом растительным			55/5	1,17	0,17	18,8	85	14,35
горошек зеленый	84	55						
масло растительное	5	5						
Печень говяжья по-строгановски			120	11,9	10,9	3,7	160,5	68,12
№398 печень говяжья	137	114						
2013г. масло растительное	5	5						
<i>масса готовой печени</i>								
сметана	12,5	12,5						
мука пшеничная	2,5	2,5						
вода питьевая	30	30						
Макаронные изделия отварные			180	6,79	0,81	34,85	173,88	10,28
№291 макаронные изделия	64	64						
2013г. масло сливочное	4	4						
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,2	0	11	45	29,90
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			33	4,56	0,48	29,52	141	3,03
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	8,25	0,96	27,2	144,8	2,02
ИТОГО				32,87	13,32	125,07	750,18	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Сыр твердый (порциями) №100 2013г.			20	2,56	2,61	0	34,3	22,60
сыр твердый	21	20						
Биточки рубленные из птицы запеченные, с маслом сливочным			100/5	11,4	15,2	11,2	227,2	58,25
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					
Рис припущенный, с овощами "Мозаика"			180	2,7	5,8	31,6	189,4	36,48
ТТК	крупа рисовая	47	47					
	кукуруза консервирован	50	30					
	морковь	26	21					
	масло сливочное	10	10					
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,42
№493	чай	1,8	1,8					
2013г.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			46	3,27	0,34	21,16	101,05	4,25
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2,9	0,53	14,96	79,64	2,70
ИТОГО				22,93	24,48	93,92	691,59	127,70

Повар-бригадир _____

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Жаркое по-домашнему			250	26	23,2	16,6	379	75,65
№369 говядина к/к	93	79						
2013г. или свинина мясная	93	79						
или говядина гуляш п/ф пром. пр.	79	79						
картофель	220	165						
морковь	31	25						
масло растительное	12	12						
лук репчатый	23	20						
Кофейный напиток с молоком			200	3,2	2,7	15,9	79	13,31
№501 кофейный напиток	4	4						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			175	0,9	0,75	29,85	129,75	35,17
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			24	1,52	0,16	9,84	47	2,22
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	1,32	0,24	6,8	36,2	1,35
ИТОГО				32,94	27,05	78,99	670,95	127,70

Повар-бригадир _____