Утверждаю

Заведующий МБДОУ Детский сад №58

Весенне – летнее ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 лет

тавлено на основе «Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания». - Киев; Москва, 2005 борник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» Москва Дели принт 2016г.

Утверждаю

Заведующий МБДО Детокий сад №58

Иродова стород

поудісме 58 г. обрано Политополова Ю.П

Весенне - летнее ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1-3 лет

о составлено на основе «Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания». — Киев; Москва, 2005 «сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» Москва Дели принт 2016г.

					. день							
			C	ад	I			<u> </u>	Я	СЛИ		
Наименование продукта	бруто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	бруто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
ЗАВТРАК		Каша	манная	на сгуц	ценном г	иолоке I	Vº 386	ст.167				
Молоко сгущенное	40	40	3,4	3	5,7	62,9	30	30	2,5	2,3	4,3	47,3
Крупа манная	22	22	3,6	0,34	2,4	113,9	15	15	3	0,28	1,04	93,8
Масло сливочное	5	5	0,025	4,12	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9
Вода	175	170					125	120, 5				
Выход	20	00	7,025	7,46	8,14	214,2	1!	50	5,52	5,88	5,372	171
		Бу		с масл	ом слив	очнымN	№3 стр.	8			,	
Хлеб пшеничный	30	30	32,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	10	10	0,03	4,95	0,05	44,9	8	8	0,03	4,13	0,04	37,4
Выход	4	0	3,38	3,51	15,05	120,5	3	8	2,34	5,03	15,04	113
		Ча	ай с саха	ром и	лимоном	n Nº944 (стр.398	3				
Чай экстра высшего и первого сорта	1	1					0,75	0,75				
Caxap	15	15			15	56,85	12	12			12	45,4
Лимон отход 10 %	8	7	0,03		0,7	3,15	7	6	0,02		0,6	2,7
Вода	205	200					155	150				
Выход	200/	15/7	0,03		15,7	60	150/	12/6	0,02		12,6	48,1
1	0 час	Плоды	и ягодь	і свежи	ie №368	стр. 300	«Дели	і прин	r» 2012			
Яблоки свежие 12%	170	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45
Или бананы 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45
Или мандарины 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45
Или апельсины 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45
ОБЕД	Супка	ртофе	льный с	рыбнь	іми конс	ервами	Nº 87 (стр. 13	6 «Дел	и прин	r» 2012	
Картофель	111	70	1,4	2,8	12,11	56	56	42	0,84	1,68	7,27	33,6
Консервы рыбные «сайра натур. с	13	13	7,04	4,6	0,26	62,8	7,8	7,8	4,22	2,76	0,17	37,6
добав. масла»			ŕ		,	,					·	8
Морковь	20	16	0,29		0,75	4,32	12	10	0,18		0,47	2,7
Лук репчатый	9,5	8	0,14		0,38	2,16	6	5	0,09		0,23	1,4
Крупа рисовая	5	5	0,54	0,05	3,4	16,75	3	3	0,32	0,03	2,04	10
Зелень	4	2	0,05		0,12	0,68	2	1,5	0,03		0,07	0,41
Масло растительное	4	4	0,02	3,3	0,02	29,92	2	2	0,01	1,65	0,02	14,9
Вода	200	200					120	120				
Выход	25	50	9,48	10,7	17,06	162,6	1!	50	5,69	6,12	10,27	100, 8
	Котл	ета руб	5 ленная	из птиг	цы № 32	2 стр.28	5 «Дей	ли при	1HT»			
Мясо индейки	60	59	11,2	5,5		94,08	45	44	7,4	3,63		62,1 6
Хлеб пшеничный	15	15	1,1	0,42	7	36,68	11	11	0,77	0,3	5	26,2
Молоко 2,5% или	21	21	0,36	0,32	0,61	6,8	16	16	0,25	0,22	0,42	4,68
вода				·					·		,	
Сухари	8	8	0,62	0,24		20,96	6	6	0,37	0,15	2,5	3,1
Macca		100						75				
полуфабриката												

Масло растительное	3	3		4		36	2	2		2,8		25,2
Выход	8	0	13,4	10,5	11,6	195	6	0	8,79	7,1	7,92	121,
			Рис пр	ипуще	ный №	333 стр.	293		_			
Рис	54	54	5,9	0,55	37,5	184,9	43	43	4,5	0,42	28,6	140
Масло сливочное	5	5	0,025	4,12	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9
Вода	110	110					88	88				
Выход	15	50	5,93	4,67	37,54	222,3	17	20	4,52	3,72	28,63	169,
												9
	1	1	Соус кра	сный о	сновной	Nº759 c1	rp.336	T		T		
Вода	30	30					30	30				
Масло сливочное	0,6	0,6	0,07	0,5	0,01	4,49	0,6	0,6	0,07	0,5	0,01	4,49
Мука пшеничная	1,5	1,5			1,2	4,45	1,5	1,5			1,2	4,45
Томатное пюре	3	3	0,05		0,21	0,99	3	3	0,05		0,21	0,99
Морковь	3	2,4	0,04		0,16	0,79	3	2,4	0,04		0,16	0,79
Лук репчатый	0,7	0,6	0,01		0,06	0,2	0,7	0,6	0,01		0,06	0,2
Caxap	0,5	0,5			0,5	1,86	0,5	0,5		_	0,5	1,86
Выход	3	0	0,16	0,5	2,13	12,77	3	0	0,16	0,5	2,13	12,7
												7
	T		Π	Огур	цы свеж	кие			1	T		
Огурцы свежие	44	40		_			33	30				
		T		Компот ⊤		и сухофр				72 	T	
Сухофрукты	15	15	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53
Вода	203	200					153	150				
Выход	20	00	0,4		28,6	112,6	1!	50	0,3		23,4	92,0
		T				4					10.0	6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник	1 _	1			I	438 стр. :	1	l				
Яйцо	2	80	10,16	9,2	0,56	125,6	0,72	58	10,1	9,2	0,56	125,
Manage 2 50/	20	20	0.04	0.75	1.4	4F.C	5	22	6	0.75	1.4	6
Молоко 2,5%	30	30	0,84	0,75	1,4	15,6	22	22	0,84	0,75	1,4	15,6
Масло сливочное	4	4	0,025	3,3	0,032	29,92	3	3	0,02 5	3,3	0,032	29,9 2
Выход	10	 05	11	13,2	2	171,1	7	<u>'</u> 6	11	13,2	2	171,
Быход				5	_	2	,	·		5	_	2
Хлеб пшеничный	3	80					2	.0				_
				Сосис	ки отвар	ные		<u> </u>	1	I	1	
Сосиски отварные	6	50										
•	1		Кон	серви	ованны	е овощи						
Консервированные овощи	85	80					75	70				
овощи]	<u> </u>	<u> </u>			<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>	
				Молоч	ко кипяч	PHOP						
Молоко 2,5 %	211	200	5,6	5	9,4	104	158	150	4,2	3,75	7,5	78
IVIONORU 2,3 /0	_ C II	200		l .	рские из		130	130	+,∠	3,73	د, ۱	/0
			<u> </u>	<u> Паміс</u>	PCKNE N	ACTIVITY	30	30				
Пепепре ичи взфии	30	30						JU	Ì	1	İ	1
Печенье или вафли	30	30										
Печенье или вафли Итого за день	30	30	71,56	64,4	212,2	1824,			54,2	48,1	194,12	141

			C	ад	ДСПО				Я	СЛИ		
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K			Каша і	еркуле	совая в	язкая стр	.167 N	9 384				
Геркулес	25	25	3,3	0,3	19	93	18	18	3	0,2	17	81
Молоко 2,5%	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3
Caxap	5	5			5	18,95	4	4			4	15,1
Масло сливочное	5	5	0,25	4,13	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9 2
Вода	80	80					60	60				
Выход	2 1	LO	6,725	7,43	29,74	221,2	16	50	5,52	5,7	25,33	173, 38
			Чай	с молоі	kom Nº49	95 стр.39	8					
Чай экстра высшего и первого сорта	1	1	0,2			1,15	0,75	0,75	0,2			1
Caxap	15	15			16	60,4	13	13			14	53,06
Молоко 2,5%	75	70	2	1,9	3,3	36,4	55	50	1,4	1,25	2,35	26
Вода	150	145					108	103				
Выход	20	00	2,2	1,9	19,3	97,95	15	50	1,4	1,25	16,3 5	80,06
	Бутерб і	род сл	ласлом (сливочі	ным и сь	іром ро	ссийск	um Nº3	3 стр 8			
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное кресьянское	6	6	0,155	9,07	0,09	82,28	5	5	0,04 5	7,43	0,072	67,3 2
Сыр «российский»	13	13					8	8				
Выход	4	9	2,465	9,97	15,09	157,8 8	4	3	2,35 5	8,33	15,07 2	142, 92
				10 ч	ас кефі	ир						
Кефир	207	200					154	150				
ОБЕД				тусты с		елем, со				p. 79	T	
Капуста	62,5	50	0,9		2,35	13,5	37,5	28,1	0,5		1,32	7,6
Картофель	40	40	0,6	1,2	5,2	24	24	18	0,36	0,72	3,1	14,4
Морковь	12,5	10	0,18		0,47	2,7	7,5	6	0,11		0,28	1,62
Петрушка	3	2,5	0,045	0,12	0,68	2	1,8	0,03	0,03		0,085	0,49
Лук репчатый	12	10	0,18	-	0,47	2,7	7,2	6,1	0,12	2	0,29	1,65
Масло растительное	5	5 2 5		5	0,12	45 0,68	3	3	0,03	3	0,07	27
Томатное пюре Сметана 15%	2,5 10	2,5 10	0,05	2	0,12	20,6	1,2 8	1,2 8	0,03	1,6	0,07	0,41 16,5
Вода	200	200	0,03		0,3	20,0	120	120	0,22	1,0	0,24	10,5
Выход		50	2,23	6,4	9	109,9		50	1,37	5,3	5,34	69,6 7
	<u> </u>		Parv	 ИЗ ПТИ	∟ ⊔ы № 64	 2 стр.29	 6					,
Цыпленок-бройлер 29%	126	89	12,6	4,4		52						
Масло сливочное крестьянское	2,6	2,6	0,07	1,5	0,01	13,5						

Пящы 128 96 1,9 0,09 19 45	Масса жаренной		65										
Томатная паста 7,2 7,2 0,04 0,059 15,4 0 Пукрегнатый 14,4 12,0 0,02 0,066 24,4 0 Масло расгительное Маса парничная 1,8 1,8 0,18 0,02 1,3 5,9 0 Пукрегнатый Котлета рубленная из тицы № 668 стр 309 Сухари Маса кареной Молоко Молок	птицы												
Томатная паста	Картофель	128	96	1,9	0,09	19	45						
Масла растигельное 4,2 4,2 0,02 0,66 24,4	Морковь	27	21,5	0,4		1,16	34						
Масло растительное маст агрикра и соуса мужа пшеничная 1,8 1,8 0,18 0,02 1,3 5,9	Томатная паста	7,2	7,2	0,04		0,29	15,4						
Масса гариира и соуса Мука пшеничная 1,8	Лук репчатый	14,4	12,0	0,22		0,66	24,4						
соуса выход 1,8 0,18 0,02 1,3 5,9 1 1 1 1 1 1 1 2,242 22,12 3 1 1 1 1 1 1 2,242 22,12 3 3 5 1 1 2 1 1 1 2 2 2 2 2 3 8 5 5 5 5 5 5 5 0,4 0,1 3,12 14,1 14 1 <t< td=""><td>Масло растительное</td><td>4,2</td><td>4,2</td><td></td><td>4,3</td><td></td><td>31,7</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>	Масло растительное	4,2	4,2		4,3		31,7						
Мука пшеничная 1,8 1,8 0,18 0,02 1,3 5,9 Image: Control of the proper of th	Масса гарнира и	150											
Выход 65/150 15,41 10,3 22,42 221,9	coyca												
Note	Мука пшеничная	1,8	1,8	0,18	0,02	1,3	5,9						
Бройлер — цыпленок 59% воройлер — дыпленок 59% воройлер — ды	Выход	65/	150	15,41	10,3	22,42	221,9						
Бройлер – цыпленок 59% Валичения вой					1								
59% Image: Second of the content of the			Кот	лета руб	ленная	я из птиц	цы № 668	3 стр 3	09				
Молоко (ухари	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·							85	35	8	5,6		83
Молоко Image: Control of the control of	Хлеб пшеничный							8	8	0,8	0,1	5,6	25,4
Сухари Васса п/ф Васса п/ф <th< td=""><td>Молоко</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>,</td><td></td><td></td><td></td></th<>	Молоко							12	12	,			
Масса пуф масса жареной котлеты котлеты вода											-	-	
Масса жареной коглеты Коглеты Коглеты коглеты Коглеты ко	· · ·								59	,	<u> </u>		
Масло растительное моглате м	•								50				
Выход Pary из овощей № 137 стр.158 Картофель Рагу из овощей № 137 стр.158 Картофель 1 43 32 0,64 1,28 5,54 25,6 Морковь 2 20 16 0,29 0,75 4,32 Лук репчатый 2 2 17 14 0,25 0,66 3,78 Капуста свежая 2 4													
Выход Pary из овощей № 137 стр.158 Картофель Расу из овощей № 137 стр.158 Картофель 4 43 32 0,64 1,28 5,54 25,6 Морковь 2 20 16 0,29 0,75 4,32 Лук репчатый 2 2 17 14 0,25 0,66 3,78 Калуста свежая 2 4	Масло растительное							3	3		3,5		32
Рагу из овощей № 137 стр.158 Картофель Картофель 0 0 43 32 0,64 1,28 5,54 2,56 4,32 3,78 4,32 0,66 3,78 4,32 3,78 4,32 0,66 3,78 4,32 3,78 4,32 0,66 3,78 4,32 3,78 4,32 3,78 4,32 3,78 4,32 0,66 3,78 4,32 3,78 4,32 3,78 4,32 3,78 4,32 3,78 4,32 3,78 4,32 4,4 4<	·		1					5	0	9,67		9,42	163,
Картофель Картофель Картофель 43 32 0,64 1,28 5,54 25,6 Морковь 1 4 4 40,25 0,75 4,32 Лук репчатый 2 4 4 0,25 0,66 3,78 Капуста свежая 4 4 4 4 4 1,08 6,21 Масло растительное 4												,	
Морковь Image: Control of the control		JI.		Рагу	из овог	цей № 1	37 стр.15	58					
Морковь Image: contract of the contr	Картофель			_				43	32	0,64	1,28	5,54	25,6
Лук репчатый Image: Control of the cont	Морковь							20	16	0,29		0,75	
Капуста свежая Imach (a) Imach (b)	Лук репчатый							17	14	0,25		0,66	
Масло растительное Масса рагу Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томатный стр 292 № 348 «дели принт» 2012 Соус томати № 24 № 24 № 24 № 0,01 № 2 № 100 № 22 № 100 Соус томати № 24 № 24 № 24 № 0,01 № 2 № 100 № 22 № 100 Соус томати № 24 № 24 № 24 № 24 № 24 № 24 № 24 № 2	Капуста свежая							29	23	0,41		1,08	1
Масса рагу Image: Coyc томатный стр 292 № 348 кдели принт» 2012 Image: Coyc томатный стр 292 № 348 кдели принт» 2012 Image: Coyc томатный стр 292 № 348 кдели принт» 2012 Image: Coyc томатный стр 292 № 348 кдели принт» 2012 Image: Coyc томат мага том 292 № 348 кдели принт» 2012 Image: Coyc томат мага томат	•							4	4		4	•	
292 № 348 «дели принт» 2012 Вода Масло сливочное Мука Морковь Пук Помат Выход Выход Выход Выход Выход Выход Вода Выход Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода Во									100				
принт» 2012 Вода	Соус томатный стр												
Вода	292 № 348 «дели												
Масло сливочное	принт» 2012												
Мука Виход Выход Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода Выход Сухофрукты Вода Выход Выход Выход Выход Выход Вода Выход Выход Выход Выход Вода Выход Выход Вода Вода Вода Выход Вода Выход Вода Вода Выход Вода Вода Вода Вода Вода Вода Вода Во	Вода							50	50				
Мука В В В В В В В В В В В В В В В В В В В	Масло сливочное							2,4	2,4		2	0,02	18
Морковь 3,7 3 0,24 1,41 8,1 Лук 1,7 1 0,34 0,9 5,2 Томат 7 7 0,13 0,33 1,9 Выход соуса 100 2,86 3,58 12,07 81,1 Компот из смеси сухофруктов № 868 стр. 372 Сухофрукты 15 15 0,4 12,6 52 15 15 0,3 9,4 39 Сахар 15 15 16 60,64 13 13 14 53 Выход 203 200 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Хлеб ржаной 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4	N.A							2.4	2.4		0.02	1.00	
Лук помат	•							-			0,03		
Томат раза пробременный раза от раза	·												
Выход соуса выход	•												
Выход Компот из смеси сухофруктов № 868 стр. 372 Сухофрукты 15 15 0,4 12,6 52 15 15 0,3 9,4 39 Сахар 15 15 15 16 60,64 13 13 14 53 Вода 203 200 28,6 112,6 153 150 0,3 23,4 92,0 Выход 200 0,4 28,6 112,6 153 150 0,3 23,4 92,0 Клеб ржаной 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4								/		0,13		0,33	1,9
Компот из смеси сухофруктов № 868 стр. 372 Сухофрукты 15 15 0,4 12,6 52 15 15 0,3 9,4 39 Сахар 15 15 15 16 60,64 13 13 14 53 Вода 203 200 15 12,6 153 150 150 15 14 53 Выход 203 200 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Выход 200 0,4 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Хлеб ржаной 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4	•							100	50	2.00	2.50	12.07	04.4
Компот из смеси сухофруктов № 868 стр. 372 Сухофрукты 15 15 0,4 12,6 52 15 15 0,3 9,4 39 Сахар 15 15 16 60,64 13 13 14 53 Вода 203 200 153 150 0,3 23,4 92,0 Выход 200 0,4 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Клеб ржаной 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4	выход									-	3,58	12,07	
Сухофрукты 15 15 0,4 12,6 52 15 15 0,3 9,4 39 Сахар 15 15 15 16 60,64 13 13 14 53 Вода 203 200 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Выход 200 0,4 28,6 112,6 4 150 0,3 23,4 92,0 Хлеб ржаной 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4		<u> </u>	Vosa	TOT 142 61	40614.61	Vod 2: :::=	OR NO SC		77				1 T
Сахар 15 15 16 60,64 13 13 14 53 Вода 203 200 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Выход 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4	Cycohnyuru	15	T T		NECH CY		1			0.3		ΩΛ	30
Вода 203 200		ļ		0,4						0,3			
Выход 200 0,4 28,6 112,6 150 0,3 23,4 92,0 Хлеб ржаной 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4	•	1				10	00,04					14	- 55
Хлеб ржаной 50 50 3,35 0,5 17 90,5 40 40 2,64 0,4 13,6 72,4 Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4		ļ		0.4		28 E	112 6			U 3		22 A	92.0
Хлеб пшеничный 30 30 2,31 0,9 15 78,6 20 20 1,54 0,6 10 52,4	выход	20		U,4		20,0	_	1.5	,	0,3		23,4	
	Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
П О Л Д Н И К Рыба припущенная стр.207 № 478	Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
	полдник			Рыба	припу	ценная (стр.207 М	<u>lº 47</u> 8					

Рыба потрошеная б/г	112	73					75	49				
минтай 2%												
Лук репчатый	3,2	2,6					2,2	1,8				
Выход	6	0					4	0				
			Икра	свекол	ьная №	126 стр.	46					
Свекла свежая	95,7	75	1,35		3,5	20,25	58	46	0,82		2,16	12,4
												2
Лук репчатый	20,8	17,5	0,31		0,82	4,7	20	17	0,3		0,79	4,6
Томатная паста	4	4	0,07		0,19	1,08	3	3	0,05		0,14	0,81
Масло растительное	7,5	7,5		7,5		67,5	4,5	4,5		4,5		40,5
Выход	10	00	1,73	7,5	6,91	102,5	6	0	0,9	4,5	4,49	63,6
						3						3
			Кофей	ный на	питок №	2 958 стр	403					
Кофейный напиток	3	3					2	2				
Caxap	15	15			16	60,6	13	13			14	53,0
												6
Молоко 2,5%	55	50	1,4	1,25	2,35	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8
												4
Вода	150	145					108	103				
Выход	20	00	1,4	1,25	18,35	86,6	1!	50	1,2	1,1	15,97	74,9
Хлеб пшеничный	20	20	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
		Г	1лоды и	ягоды	свежие	Nº 368 c1	rp.300					
Яблоки свежие 12%	170,	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45
	5											
Или банан 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45
Или мандарин 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45
Или апельсин 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45
Итого за день			60,19	68,3	239,9	1808,			46,1	47,2	135,7	131
				6	7	37				6		0,6

			С	ад					Я	сли		
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		зап	еканка	из твор	ога № 4	69 стр.20)1					
Манная крупа	10	10	1,07	0,1	6,8	33,5	10	10	1,07	0,1	6,8	33,5
Творог 5 %	141	140	23,24	12,6	1,68	218,4	141	14 0	23,2 4	12,6	1,68	218, 4
Caxap	10	10			10	37,9	10	10			10	37,9
Масло сливочное	4	4	0,03	4,13	0,04	37,4	4	4	0,03	4,13	0,04	37,4
Яйца	1/10	4	0,5	0,46	0,03	6,28	1/10	4	0,5	0,46	0,03	6,28
Сухари	5	5	0,38	0,15	2,5	12,1	5	5	0,38	0,15	2,5	12,1
Сметана 15%	5	5	0,14	1	0,15	10,3	5	5	0,14	1	0,15	10,3
Выход	15	0	25,36	18,4	21,2	256,9	15	50	25,3	18,4	21,2	356,
				4					6	4		9
		_				очным М	· -		I -	I .	T	
Хлеб пшеничный	30	30	09	15	75,6		30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	10	10	4,95	0,05	44,9		8	8	0,03	4,13	0,04	37,4
Выход	4	0	5,85	15,0 5	120,5		3	8	2,34	5,03	15,04	113
			Какао	с моло	ком № 9	959 стр. 4	403	1				
Какао – порошок	4	4					3	3				
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	56,8 5
Молоко 15 %	100	95	2,8	2,5	4,7	52	75	70	1,96	1,75	3,29	36,4
Вода	110	105					83	78				
Выход	20	00	2,8	2,5	20,7	112,6 4	15	50	1,96	1,75	17,29	93,2 5
			Coyc	молочі	ный № 7	95 стр.34	48					
Молоко 2,5 %	25	25	1,4	1,25	2,35	29	25	25	1,4	1,25	2,35	29
Масло сливочное	2,3	2,3					2,3	2,3				
Мука пшеничная	2,3	2,3					2,3	2,3				
Вода	25	25					25	25				
Сахар	4	4					4	4				
Выход	5	0	1,4	1,25	2,35	29	5	0	1,4	1,25	2,35	29
ОБЕД	T					№ 197 c	T					
Картофель	100	75	1,5	3	12,97	60,69	60	45	0,9	1,8	7,78	36
Крупа (рис, перловая)	5	5	0,54	0,05	3,4	16,7	3	3	0,31	0,03	2	10,0 5
Морковь	12,5	10	0,18		0,17	2,7	7	7	0,1		0,28	1,6
Лук репчатый	7,2	6,1	0,1		0,28	1,6	4	3	0,1		0,28	1,6
Масло растительное	5	5		5		45	3	3		3		27
Томат	5	5					3	3				
Вода	187, 5	180					112, 5	110				
Выход	25	50	2,61	8,05	7,76	130,5	15	50	1,6	4,83	10,7	77,9 6
			Беф	строган	юв № 56	51 стр 25	4		1		1	

Мясо говядина	82	79	0,72		18,8	10,8	49,2	47	0,43	0,56	1,13	6,5
Лук репчатый	29	24	0,42	0,84	3,63	16,8	17	14	0,28		2,42	11,2
Масло сливочное	7	7	0,36		0,94	5,4	4,2	4,2	0,22		0,56	3,24
Масса лука		12	0,18		0,47	2,7		7,2	0,11		0,28	1,62
пассированного												
Мука пшеничная	4	4		5		45	2,4	2,4		3		27
Сметана	20	20	0,14		0,35	2	12	12	0,08		0,21	1,22
Томатная паста	3	3	0,28	2	0,3	20,6	1,8	1,8	0,22	1,6	0,24	16,5
Масса жаренного мяса		64						38				
Масса соуса и		50						30				
пассированного лука								_				
Выход	50,	/50	2,59	7,84	10,55	117,9	30,	/30	1,55	5,16	6,62	74,6
						3						
			1	_		IOM Nº 41	_	1		T 0 12	22.5	4.5
Макароны	52	52	5,6	0,52	35,4	174,2	42	42	4,5	0,42	28,6	140, 7
Масло сливочное	5	5	0,03	4,52	0,04	41,2	4	4	0,02	3,71	0,04	33,7
Выход	15	50	5,63	5,04	35,44	215,4	12	20	4,52	4,13	28,64	174, 4
	1	1	Овощи	свежие	(огурцы	, помид	оры)	1	1	1		
Овощи свежие	44	40					33	30				
		Ком	пот из сі	меси су	хофрукт	ов № 86	8 стр. 3	372				
Сухофрукты	20	20	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53
Вода	203	200					153	150				
Выход	20	00	0,4		28,6	112,6 4	15	50	0,3		23,4	92,0 6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник	1		Каша	гречне	вая жид	кая № 3	90 стр.	. 169	1	_		_
Крупа гречневая	20	20	2,14	0,2	13,6	67	15	15	1,6	0,15	10,2	50,2 5
Молоко 2,5%	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3
Сахар	5	5			5	18,95	4	4			4	15,1 6
Масло сливочное	5	5	0,03	4,54	0,04	41,2	4	4	0,02	3,71	0,04	33,7
Вода	80	80					60	60				
Выход	21	10	5,6	7,74	24,34	190,0 5	10	60	4,12	6,16	18,54	146, 41
	T	1	Γ		о кипяч	еное		T	ı	1	T	
Молоко 2,5 %	211	200	5,6	5	9,4	104	158	150	4,2	3,75	7,5	78
	I					24 стр.42		_	1			
Мука	43,2	43,2	5	0,54	34,1	165	37	37	4,44	0,47	29,8	144, 3
Сахар	5	5			10	37,9	4	4			8	30,3 2
Молоко 2,5%		20	0,64	0,58	1,1	1,96	17	17	0,56	0,5	0,94	10,4
	20				l		2.0	2,8	0,02	3,13	0.00	20.4
Масло сливочное	3	3	0,02	3,55	0,034	32,2	2,8	2,0	0,02	3,13	0,03	28,4
·		3	0,02	3,55 0,46	0,034	6,28	1/1 0	4	0,02	0,46	0,03	6,28
Масло сливочное	3		· ·	†	-		1/1			†	,	

Выход	70	6,26	5,4	45,4	257	60	5	5,62	4,86	38,9	223,
											4
	Кондите	рские из	зделия	(ПРЯНИ	ки ,ПЕЧЕ	НЬЕ, ВА	ФЛИ)				
Печенье, пряники, вафли	30	0,21	3	22,8	123	15	1	L , 05	1,5	11,14	61,5
Итого за день		89,98	89,5	312,7	2315,		7	72,2	68,3	267,72	196
			4	4	73			8	3		6,28

			C	ад					Я	СЛИ		
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		Каг	ша пшен	ичная	вязкая N	lº 384 ст _і	p.167	•	•		•	
Крупа пшеничная	25	25	2,7	0,25	17	83,75	18	18	1,9	0,18	12,24	60,3
Молоко 2,5 %	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3
масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,4	4	4	0,02 5	3,31	0,032	29,9 2
Сахар	5	5			5	18,95	4	4			4	15,1 6
Вода	80	80					60	60				
Выход	21	10	6,13	7,38	27,74	203	10	60	4,42	6,19	20,6	152, 68
	Бутерб	род с	маслом	сливоч	ными сь	пром ро	ссийск	им Nº3	3 стр.8			
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	6	6	0,55	9,07	0,09	82,28	5	5	0,04 5	7,43	0,072	67,8 6
Сыр российский	13	13					8	8				
Выход	4	.9	2,86	9,97	15,09	157,8 8	4	3	2,35 5	8,33	15,07 2	143, 46
			Кофей	ный на	питок №	958 стр.	403		_	_		
Кофейный напиток	3	3					2	2				
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53,0 6
Молоко 2,5 %	55	50	1,4	1,25	23,5	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8 4
Вода	150	145					108	103				
Выход	20	00	1,4	1,25	39,5	86,64	1!	50	1,2	1,1	15,97	74,9
ОБЕД	Борі	щ с кап	устой и	картоф	елем , с	о сметан	юй №	170 стр	p.71	1	T	1
Свекла	50	50	0,72		18,8	10,8	30	24	0,43		1,13	6,5
Картофель 30 %	28	21	0,42	0,84	3,63	16,8	17	14	0,28	0,56	2,42	11,2
Капуста	25	20	0,36		0,94	5,4	15	12	0,22		0,56	3,24
Морковь	12,5	10	0,18		0,47	2,7	8	6	0,11		0,28	1,62
Лук репчатый	12,5	10,5	0,19		0,47	2,84	7	6	0,11		0,28	1,62
Масло растительное	5	5	0.14	5	0.25	45	3	3	0.00	3	0.21	20,7
Томат пюре	7,5	7,5 10	0,14	2	0,35	20.6	4,5 8	4,5 8	0,08	1.6	0,21	1,22
Сметана 15 % Вода	10	200	0,28		0,3	20,6	, °	120	0,22	1,6	0,24	16,5
Выход	250	/10	2,29	7,84	10,55	117,9 3	150	0/8	1,57	5,16	6,62	74,6
	1			Голуб	цы лени	вые	•		1	1		•
Капуста свежая	121	96	5,14	0,58	35,45	159,4 2	121	96	5,14	0,58	35,45	159, 42
Говядина	62,5	60	0,02	3,46	0,04	31,29	62,5	60	0,02	3,46	0,04	31,2 9

Крупа рисовая	8	23		1,18		10,78	8	23		1,18		10,7 8
Лук репчатый	16	13	0,97	0,87	1,63	20,07	16	13	0,97	0,87	1,63	20,0
Масло сливочное	4	4	0,86	0,86	0,05	11,52	4	4	0,86	0,86	0,05	11,5
Масса припущенного лука		14						14				_
, Яйцо	1/8	5	0,2		4,3	17,35	1/8	5	0,2		4,3	17,3 5
Macca	193						193					
полуфабриката		400						4.00				
Масса тушеных голубцов		160						160				
Соус сметанный с		30						30				
томатом№373												
Выход	19	90	7,33	6,95	48,48	277,3 2	19	90	7,33	6,95	48,48	277, 32
	•	Co	ус смета	анный (с томато	MNº799	стр.35()				•
Бульон или вода	22,5	22,5					22,5	22,5				
Томат	3	3					3	3				
Сметана	7,5	7,5					7,5	7,5				
Мука	2,3	2,3					2,3	2,3				
Выход	3	0					3	0				
	1	1	l	свежие		і,помид			1	1	I	1
Огурцы	44	40	0,54		1,88	10,8	33	30	0,45		1,41	8,1
Помидоры	44	40	0,54		1,88	10,8	33	30	0,45		1,41	8,1
	1		I	иеси су		ов № 86			1	1	Т	1
Сухофрукты	20	20	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53
Вода	203	200					153	150				
Выход	20	00	0,4		28,6	112,6 4	15	50	0,3		23,4	92,0 6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник	1	ı			я в том	ате с ово			•		Г	1
Минтай 24%	80	61	16,5	0,38		71,4	48	35	13,2	0,3		57
Морковь	23	18					15,8	10,8				
Лук репчатый								6				
I I DOTO TOMOTUOS	13	10					7,8					
Паста томатная	13 4	4					2,4	2,4				
Масло растительное	13 4 5,3	4 5,3					2,4 3,2	2,4 3,2				
Масло растительное Сахар	13 4 5,3 1,6	4 5,3 1,6					2,4 3,2 1	2,4 3,2 1				
Масло растительное Сахар Вода	13 4 5,3	4 5,3 1,6 18					2,4 3,2	2,4 3,2 1 10,8				
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы	13 4 5,3 1,6	4 5,3 1,6 18 50					2,4 3,2 1	2,4 3,2 1 10,8 30				
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы Масса овощей	13 4 5,3 1,6	4 5,3 1,6 18					2,4 3,2 1	2,4 3,2 1 10,8				
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы Масса овощей тушеных	13 4 5,3 1,6 18	4 5,3 1,6 18 50 50	16.54	0.38	0.094	71 0/	2,4 3,2 1 10,8	2,4 3,2 1 10,8 30 30	12.7	0.3	0.075	57 /
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы Масса овощей	13 4 5,3 1,6 18	4 5,3 1,6 18 50	16,54	0,38	0,094	71,94	2,4 3,2 1 10,8	2,4 3,2 1 10,8 30	13,2	0,3	0,075	57,4
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы Масса овощей тушеных	13 4 5,3 1,6 18	4 5,3 1,6 18 50 50	·		·	-	2,4 3,2 1 10,8	2,4 3,2 1 10,8 30 30	13,2	0,3	0,075	57,4
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы Масса овощей тушеных	13 4 5,3 1,6 18	4 5,3 1,6 18 50 50	·		·	71,94 2 694 стр 102,7	2,4 3,2 1 10,8	2,4 3,2 1 10,8 30 30 730		0,3	0,075	1
Масло растительное Сахар Вода Масса тушеной рыбы Масса овощей тушеных Выход	13 4 5,3 1,6 18	4 5,3 1,6 18 50 50	Пюре к	артофе	льное N	º 694 стр	2,4 3,2 1 10,8	2,4 3,2 1 10,8 30 30	3			3

Выход	1!	50	3,12	9,8	23,14	151,2	12	20	2,5	7,8	18,14	119,		
												8		
			Чай (с молоі	ком № 9	45 стр.39	98							
Чай	1	1	0,2			1,15	0,75	0,75				1		
Сахар	15	15			16	60,6	13	13			14	53,0		
												6		
Молоко 2,5%	75	50	1,4	1,25	2,35	26	55	43	1,2	1,1	2	22,4		
Вода	150	145					108	103						
Выход	20	00	1,6	1,25	18,35	81,75	1!	50	1,24	1,1	16	76,6		
Хлеб														
Хлеб белый	20	20					20	20						
	Пло	ды и я	годы све	ежие N	∘368 стр .	.300 «Де	ли при	1нт» 20	12					
Яблоки свежие 12%	170,	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45		
	5													
Бананы 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45		
Мандарины 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45		
Апельсины 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45		
Итого за день			65,6	59,4	281,4	1792,			49,5	45,5	202,7	138		
				8	3	8				6		3,16		

			C	ад					Я	СЛИ		
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		Kai	ша пшён	іная вя	зкая №	384 стр. 1	L67	I	l			,L
Молоко 2,5%	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3
Крупа пшено	25	25	3,6	0,34	2,4	113,9	18	18	3	0,28	19,04	93,8
Масло сливочное	5	5	0,025	4,12	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9
Caxap	4	4			4	15,16	3	3			3	11,4
Вода	90	85					70	65				
Выход	21	LO	7,03	7,46	12,14	229,3 6	16	60	5,52	5,88	26,37	182, 4
	_	Бу	терброд	с масл	ом слив	очнымN	01 стр.	8	•	_	,	T
Хлеб пшеничный	30	30	32,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	10	10	0,03	4,95	0,05	44,9	8	8	0,03	4,13	0,04	37,4
Выход	4	1	3,38	3,51	15,05	120,5		9	2,34	5,03	15,04	113
	T -		Кофей	ный на	питок №	⊵958 стр. ⊺	1	T _	1		1	T
Кофейный напиток	3	3					2	2				
Сахар	15	15			16	60,6	13	13			14	53,0 6
Молоко 2,5%	55	50	1,4	1,25	2,35	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8 4
Вода	150	145					108	103				
Выход	l	00	1,4	1,25	18,35	86,6		50	1,2	1,1	15,97	74,9
		1		і свежи	l	стр. 300	1	1				_
Яблоки свежие 12%	170	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45
Или бананы 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45
Или мандарины 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45
Или апельсины 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45
ОБЕД				l		206 стр		20	0.6	1.2	F 2	T 24
Картофель	67	50	1	2	8,65	40	40	30	0,6	1,2	5,2	24
Горох лущеный Лук репчатый	20 12 F	20 10,5	2,14	0,2	13,6 0,47	67	12 8	12 6	1,3 0,11	0,12	8,2 0,28	4,02
<u> Лук репчатый</u> Морковь	12,5 12,5	10,5	0,18 0,18		0,47	2,7 2,7	7	6	0,11		0,28	1,62 1,62
Петрушка	2,6	2	0,10		0,47	2,7	2	1,5	0,11		0,20	1,02
Масло растительное	5	5		5		45	3	3		3		27
Вода		175				73		105				
Выход	25	50	3,5	7,2	23,19	157,4	15	50	2,12	4,32	14	94,4
.==H				, · , -		,-			, ., <u> </u>			<u> </u>
		Жаг	кое из н	урицы	№292ст	р267 дел	ли при	НТ				
Цыпленок 28%	122	88	15,8	7,74		132,7	81	58	12,6	6,2		105, 9
Масло сливочное	6	6		5		45	4	4		4		36
		-				· -	-			-	·	+
Масса жаренной		60						40				

т			0.10		0.24	4.04			0.12		0.27	1.0
Томатная паста	10	10	0,13		0,34	1,94	6	6	0,12	<u> </u>	0,27	1,6
Лук	13	11	0,22		0,58	3,4	12	10	0,18		0,49	2,7
Картофель	175	131	1,94	3,9	16,8	77,8	155	116	1,54	3,1	14	61,6
Выход	60/1	140	18,73	16,7	20,6	276	40/1	110	14,8	13,3	17,3	220
Г			1 			<u> </u>			6	2		
	,			Огур	цы свеж	кие						
Огурцы свежие	44	40					33	30				<u> </u>
			T	иеси су		ов № 868	T - T					
Сухофрукты	12	12	0,4	-	12,6	52	10	10	0,3	<u> </u>	9,4	39
Сахар	15	15		-	16	60,64	13	13			14	53
Крахмал	9	9	1	-]	[6,7	6,7		-	Ī	
картофельный		<u> </u>					<u> </u>					
Вода	203	200					153	150				
Выход	20	00	0,4	1	28,6	112,6	15	50	0,3	1	23,4	92,0
	<u> </u>					4	<u> </u>			<u> </u>		6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник			, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	· ·	T	469 стр.	1 1					
Творог 9 %	135	135	24,9	13,5	1,8	234	112,	110,	23,2	12,6	1,68	218,
		li		<u></u> i			5	2				4
Мука пшеничная	12,6	12,6	2,06	0,22	13,8	66,8	10,5	10,5	1,92	0,2	12,9	62,4 5
 Молоко 2,5%	37,8	37,8	 	†		30,3	31,5	31,5	 	† ,	7	26,5
5/15/10 2,5/0	21,0	27,0	['		30,3	,5				,	3
Яйцо куриное	18	18	0,63	0,57	8	7,8	15	15	0,63	1	5	7,8
Сахар	10,8	10,8	1	5	5	45	9	9	1,35	0,57		40,5
Масло сливочное	1,8	1,8		<u> </u>	25	94,7	1,5	1,5	<u> </u>	4,5	20	40,4
Выход	20		27,6	19,3	53,6	478,6	15		25,8	17,9	46,6	396,
- -	-`	ŀ		,5	-,5			!	-,5	,5		08
	•	C	оус мол	очный (сладкий	i Nº351 c	тр.293		.1.			
Молоко 2,5 %	25	25	1,4	1,25	2,35	29	25	25	1,4	1,25	2,35	29
Масло сливочное	2,3	2,3	, , .	,_5	1 ,	<u> </u>	2,3	2,3		, <u>, _ </u>	,	
Мука пшеничная	2,3	2,3		† ,		 	2,3	2,3	†			†
Вода	25	25	 	†	 	 	25	25	<u> </u>	 		
Сахар	4	4	 	†	 	 	4	4	<u> </u>	 		
Выход		0	1,4	1,25	2,35	29	50	l	1,4	1,25	2,35	29
-элод			<u>-,</u> -,-			l		-	<u> </u>	,	_,	
Молоко 2,5 %	211	200	5,6	5	9,4	104	158	150	4,2	3,75	7,5	78
						ње прян			.,-	,, J	,.	
Печенье, вафли,	30	30	2,1	3	22,8	123	30	30	2,1	3	22,8	123
пряники			-,-		,5		5]	_,_		,5	
	 	+										
Итого за день	 	 	80,28	71,3	247,1	1913,	1	 	62,9	58,8	224,3	153
э.э за депв		l ,	55,26	1	/,1	62	1	ļ ,	6	7	,3	5,6
								<u> </u>		<u> </u>	L	<u> </u>

			С	ад					Я	СЛИ		
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		K	аша ман	іная мо	лочная	на сгуще	енном	молок	e Nº390	0 стр.16	9	
Молоко сгущенное	40	40	1,12	1	1,88	20,8	30	30	0,84	0,75	1,41	15,6
Крупа манная	22	22	2,35	0,22	14,96	73,7	15	15	1,6	0,15	10,2	50,2 5
Масло сливочное	5	5	0,03	4,13	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9 2
Вода	175	170					125	120				
Выход	21	LO	3,5	5,61	21,88	150,8 5	15	50	2,46	4,2	15,65	110, 93
		Бут	ерброд	с масл	ом слив	очным М	№1 стр	.8				
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15,02	75,6
Масло сливочное	10	10	0,03	4,95	0,05	44,9	8	8	0,03	4,13	0,04	37,4
Выход	4	0	2,34	5,85	15,05	120,5	3	8	2,34	5,03	15,06	113
		Ча	ай с саха	ром и	лимоном	ν Nº544 (стр.398	3	_			
Чай экстра высшего и первого сорта	1	1	0,2			1,15	0,75	0,75	0,2			1,1
Caxap	15	15			15	36,85	13	13			13	46
Лимон отход 10 %	8	7	0,03		0,7	3,15	7	6	0,02 4		0,6	2,7
Вода	205	200					155	150				
Выход	200	0/7	0,23		15,7	41,15	150	0/6	0,02		13,6	49,8
1	0 час	Плоды	и ягодь	і свежи	ie №368	стр. 300	«Дели	прин	r» 2012			
Яблоки свежие 12%	170	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45
Или бананы 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45
Или мандарины 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45
Или апельсины 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45
ОБЕД				сты с к		ем, со сі	1		1	93		1
Капуста	62,5	50	0,9		2,35	13,5	37,5	28,1	0,5		1,32	7,6
Картофель	40	30	0,6	1,2	5,2	24	24	18	0,36	0,72	3,1	14,4
Морковь	12,5	10	0,18		0,47	2,7	7,5	6	0,11		0,28	1,62
Петрушка	3	2,5	0,045		0,12	0,68	2	1,8	0,03		0,085	0,49
Лук репчатый	12	10	0,18	5	0,47	2,7	7,2 3	6,1	0,12	2	0,29	1,65
Масло растительное	5 2,5	5 2 E	0,05	3	0,12	45 0,68	1	1,5	0,03	3	0,07	27
Томатное пюре Сметана 15%	10	2,5 10	0,03	2	0,12	20,6	1,5 8	8	0,03	1,6	0,07	0,41 16,5
Вода	200	200	0,20		0,3	20,0	120	120	0,22	1,0	0,24	10,3
Выход		/10	2,24	8,2	9,03	109,9		0/8	1,37	5,32	5,4	69,6 7
	-		Ma	каронн	ик №28	7 стр627			•	•	-	
Говядина	54,8	53,7	20,8	17,9		244,2	40,8	40	20,8	17,9		244 <i>,</i> 3
Масло сливочное	2,7	2,7	0,08	2,25	0,13	22,1	2	2	0,08	2,25	0,13	22,1

Масса готового мяса		34						44				
Макароны	48,3	139	104	1,1	74,9	337	36	104	104	1,1	74,9	337
Лук репчатый	14	12	0,2		1,1	8	11	9	0,2	,	1,1	8
Масло сливочное	2	2	0,6	1,9	0,11	20	1,5	1,5	0,6	1,9	0,11	20
Масса припущенного		6	-					4,5				
лука												
Яйца	1/8	5	0,5	0,6	0,01	18	1/1 0	4	0,5	0,6	0,01	18
Сухари	3	3					2,5	2,5				
Macca		187						140				
полуфабриката												
Масса готового		160						120				
изделия												
Выход	16	60	126,1	24,7	76,25	649,3	12	20	126,	24,7	76,25	649,
			8	5					18	5		3
		(Соус кра	сный о	сновной	Nº759 c1	гр.336					
Вода	30	30					30	30				
Масло сливочное	0,6	0,6	0,07	0,5	0,01	4,49	0,6	0,6	0,07	0,5	0,01	4,49
Мука пшеничная	1,5	1,5			1,2	4,45	1,5	1,5			1,2	4,45
Томатное пюре	3	3	0,05		0,21	0,99	3	3	0,05		0,21	0,99
Морковь	3	2,4	0,04		0,16	0,79	3	2,4	0,04		0,16	0,79
Лук репчатый	0,7	0,6	0,01		0,06	0,2	0,7	0,6	0,01		0,06	0,2
Сахар	0,5	0,5			0,5	1,86	0,5	0,5			0,5	1,86
Выход	3	0	0,16	0,5	2,13	12,77	3	0	0,16	0,5	2,13	12,7
												7
		0	вощи св	ежие (г	помидор	ы или о	гурцы		•	•		•
Огурцы	44	40	0,54		1,88	10,8	33	30	0,45		1,41	8,1
Помидоры	44	40	0,54		1,88	10,8	33	30	0,45		1,41	8,1
		Ком	пот из сл	иеси су	хофрукт	ов № 86	8 стр. 3	372				
Сухофрукты	15	15	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53
Вода	203	200					153	150				
Выход	20	00	0,4		28,6	112,6 4	15	50	0,3		23,4	92,0 6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник		•	Омле	т натур	альный	Nº438 c1	гр. 189	•				
Яйцо	2	80	10,16	9,2	0,56	125,6	1,45	58	10,1 6	9,2	0,56	125, 6
Молоко 2,5%	30	30	0,84	0,75	1,4	15,6	22	22	0,84	0,75	1,4	15,6
Масло сливочное	4	4	0,025	3,3	0,032	29,92	3	3	0,02	3,3	0,032	29,9
						<u> </u>	<u> </u>		5			2
Выход	10	05	11	13,2	2	171,1	7	6	11	13,2	2	171,
				5		2				5		2
	T	1	Кофей	ный на	питок №	956 стр	.403	1	1	1		
Кофейный напиток	3	3					2	2				
Caxap	15	15			16	60,64	13	13			14	53,0 6
Молоко 2,5 %	55	50	1,4	1,25	23,5	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8 4
Вода	150	145					108	103				
Выход	+	00	1,4	1,25	39	86,64	ł	50	1,2	1,1	15,97	74,9
Хлеб пшеничный	20	20	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4

Консервы овощные	85	80					75	70				
Итого за день			66,2	69,2	279	2021,			44,2	51,2	241,01	145
						7				1		3,25

					день					CELL		
			<u> </u>	ад					<u>н</u>	СЛИ		
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		каі	ша герку	лесова	я вязкая	Nº 167 (стр. 38	4	•			•
Геркулес	25	25	3,3	0,3	19	93	18	18	3	0,2	17	81
Молоко 2,5%	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3
Caxap	5	5			5	18,95	4	4			4	15,1 6
Масло сливочное	5	5	0,25	4,13	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9 2
Вода	80	80					60	60				
Выход	21	LO	6,725	7,43	29,74	212,2 5	10	60	5,52	5,7	2,332	173, 38
		Бутерб	род сма	аслом о	ливочн	ым и сыр	oomNº:	3 стр.8				
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	6	6	0,055	9,07	0,09	82,28	5	5	0,04 5	7,43	0,072	67,3 2
Сыр	13	13					8	8				
Выход	4	9	2,365	9,97	15,09	157,8 8	4	3	2,35 5	8,33	15,07 2	142, 92
			Какас	с мол	оком№ 9	959 стр.4	103					
Какао – порошок	4	4					3	3				
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	56,8 5
Молоко 15 %	100	95	2,8	2,5	4,7	52	75	70	1,96	1,75	3,29	36,4
Вода	110	105					83	78				
Выход	20	00	2,8	2,5	20,7	112,6 4	1!	50	1,96	1,75	17,29	93,2 5
	•		•	10 час	кефир	•			•	•		•
Кефир	207	200					154	150				
ОБЕД	Суп	картоф	ельный	с клец	ками №	85 стр.13	35 «Де.	ли при	нт» 20:	12		
Картофель	67,7	50,1	1	2	8,7	41	40	30	0,6	1,2	5,19	24
Морковь	12,5	10	0,18		0,17	2,7	7,5	6	0,1		0,28	1,6
Лук репчатый	12	10	0,18		0,47	2,7	7,2	6,1	0,1		0,28	1,6
Масло растительное	2,5	2,5		2,5		22,5	1,5	1,5		1,5		13,5
Вода	187, 5	187, 5					112, 5	112, 5				
Выход	2!	50	1,36	4,5	9,34	68	1!	50	0,8	2,7	5,75	40,0 7
	T	Клецки	1 мучны		0 стр. 15			» 2012	ı	1	T	T
Мука пшеничная	15,2	15,2	1,6	0,17	10,5	50,8	11,4	11,4	1,17	0,13	7,9	38,1
Масло сливочное	1,7	1,7	0,009	1,4	0,014	12,72	1,3	1,3	0,00 7	1,1	0,01	9,72
Яйца	1/7	5,7	5,08	4,6	0,28	62,8	1/1 2	3,4	5,08	4,6	0,28	62,8

Вода или молоко	23,8	23,8					18	18				
Соль	0,00	0,00					0,00	0,00				
	4	4					3	3				
Масса теста	44,4	44,4					27	27				
Выход	4	10	6,69	6,17	10,8	126,3 2	3	0	6,26	1,51	8,19	110, 62
				Гуляш І	№ 591 ст	гр.268						
Мясо говядина 1 к.	82	79	19,6	9,6		164,6	75	72	15,3	7,5		128,
						4						7
Лук репчатый	18	15	0,31		0,8	4,6	16	14	0,27		0,705	4,05
Томатное пюре	12	12	0,25		0,66	3,8	11	11	0,21		0,56	3,24
Мука пшеничная	4	4	0,52	0,55	3,4	16,7	3,5	3,5	0,24	0,04	2,76	13,3
,												6
Масло растительное	5	5		6		54	4,5	4,5		5		45
Масса тушеного мяса		50						46				
Macca coyca		75						69				
Выход с соусом	50	/75	20,68	16,1	4,86	243,7	46,	/69	16,1	12,5	4,025	194,
,			•	5	,	4			3	4		35
	•	Каш	а гречн	вая ра	ссыпчат	ая № 67	9 стр. 3	315	•	•	•	•
Крупа гречневая	62,5	62,5	5,9	0,55	37,5	184,9	50	50	4,5	0,42	28,6	140
Масло сливочное	5,4	5,4	0,025	4,12	0,04	37,4	4,3	4,3	0,02	3,3	0,032	29,9
Вода	118,	118,		,	,	·	94,8	94,8			,	
	5	5										
Выход	1!	50	5,93	4,67	37,54	222,3	12	20	4,52	3,72	28,63	169,
			-		-							9
				Orvo	цы свеж	//40						
Огурцы свежие	44	40		O yp	цы свел	NIC	33	30				
отурцы свежие			DOT 142 C	MACIA CV	vodnyvi	гов № 86	l					
Сухофрукты	15	15	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Сахар	15	15	0,4		16	60,64	13	13	0,3		14	53
Вода	203	200			10	00,04	153	150			14	- 55
Выход		00	0,4		28,6	112,6	1	50	0,3		23,4	92,0
Выход		00	0,4		20,0	4	1	J U	0,3		23,4	6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,4	10	52,4
полдник	30	_ 30				78,6 № 478 ст		20	1,54	0,0	10	32,4
Рыба потр. б/г 35%	112	73	Гыба		цеппал і	42 478 CI	75	49				
Лук репчатый	15	15					2,2	1,8				
Выход		1 <u>1 3 </u>					1	0				
Выход			офоль и	OBOUL	TVIIIAUU	∟ ые № 32	l					
Картофель	185	140	2,8	5,6	24,2	112	148	111	2,22	4,44	19,2	88,8
Морковь	7,8	6,3	0,11	ال ا	0,3	1,7	6,2	5,1	0,09	7,44	0,24	1,4
Лук репчатый	7,5	6,2	0,11		0,3	1,67	6	5	0,09		0,24	1,35
Масло растительное	6	6	U,1	6	0,23	5,4	4	4	0,03	4	0,24	36
Выход		50	3,01	11,1		J,4	-			-		127,
рыход	1	50	3,01	6	24,8	169,4	12	20	2,4	8,44	19,7	6
	<u> </u>		Кофай		DNTOK VI	⊥ ⊵ 956 стр	403				1	U
Кофейный напиток	3	3	пофеи	ואוטוו Hd	INTION IN	- 220 cib	.403	2				
	15	15			16	60.64	13	13			14	52 A
Caxap	12	12			10	60,64	13	13			14	53,0 6
Молоко 2,5 %	55	50	1,4	1,25	23,5	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8
IVIU/IUKU 2,3 70	55	30	1,4	1,23	23,3	20	4/	44	1,2	1,1	1,3/	4
Dono	150	145		1			108	103	1	1	-	4
Вода	150	145		<u> </u>		<u> </u>	TOQ	TOS				

Выход	20	00	1,4	1,25	39	86,64	1!	50	1,2	1,1	15,97	74,9
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
	Пло	дыия	годы св	ежие N	 2368 стр	.300 «Де	ли при	1нт» 20	12			
Яблоки свежие 12%	170,	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45
	5											
Бананы 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45
Мандарины 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45
Апельсины 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45
Итого за день			77,85	78,5	306,9	2104,			60,4	55,6	200,34	163
				7		51			2	1		6,6

			С	ад	- Нопо				Я	СЛИ		
Наименование продукта	бруто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	бруто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		кац	ша пшен	ичная і	вязкая N	№ 316 стр	o. 167					
пшеничная крупа	25	25	3,21	0,3	20,4	100,5	15	15	2,14	0,2	13,6	67
Молоко 2,5%	126	121	3,39	3,02	5,68	62,92	96	91	2,55	2,27	4,28	47,3
Caxap	5	5			5	18,95	4	4			4	15,1
Масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,03	29,9 2
Вода	80	80					60	60				
Выход	20	0	6,62	7,45	31,12	219,5 1	15	50	4,71	5,79	21,91	159, 32
		Бут	ерброд	с масл	ом слив	очным М	№1 стр	.8	I	l	<u>I</u>	
Хлеб белый	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	10	10	0,03	4,95	0,04	37,4	8	8	0,03	4,13	0,04	37,4
Выход	4	0	2,34	5,85	15,04	113	3	8	2,34	5,03	15,04	113
			Чай	с молоі	ком №9	45 стр.39	8					
Чай экстра высшего и первого сорта	1	1	0,2			1,15	0,75	0,75	0,1			1
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53,0 6
Молоко 15 %	75	75	2	1,9	3,3	36,4	55	50	1,4	1,25	2,35	26
Вода	150	145					108	103				
Выход	20	00	2,2	1,9	19,3	98,19	15	50	1,4	1,25	17,35	80
ОБЕД	Суп	картоф	ельный	с мака	ронным	и издел	иями М	Nº208 d	тр.88			
Картофель	100	75	1,5	3	12,97	60	60	45	0,9	1,8	7,78	36
Вермишель	10	10	1,07	0,1	6,8	33,5	6	6	0,55	0,06	3,5	20,1
Морковь	12,5	10	0,18		0,47	2,7	8	6	0,1		0,28	1,6
Лук репчатый	12	10,5	0,19		0,48	2,8	7,2	6,1	0,1		0,28	1,6
Масло растительное	2,5	2,5		2,5		22,5	1,5	1,5		1,5		13,5
Вода	187,						112,					
	5	•	2.06	F.6	20.06	427.5	5		4.66	2.6	11.00	72.0
Выход	25		2,96	5,6	20,86	127,5		50	1,66	3,6	11,86	72,8
Еройдор шиттоно	157	116		·	221 Ctb	. 285 дел	іи приі	HT			<u> </u>	
Бройлер-цыпленок 26%	157		16,38	11,1 9		169,6 2						
Масло растительное	8	8		8,25		75,45						
Лук репчатый	11	9	0,16		0,67	3,29						
Морковь	16	13	0,27		0,11	5,46						
Томат	7	7										
Крупа рисовая	46	46	4,7	1,27	32,9	155,1						
Масса тушенной 31%		80										
Масса готового риса		130										
с овощами										<u> </u>		

Выход	80/	130	21,51	20,7	33,68	408,9 2						
				1								
		Ko	⊥ глета ру(⊥ бленна:	∣ Я ИЗ ПТИІ	⊥ цы № 66	8стр 3	09				
Бройлер –цыпленок							85	35	8	5,6		83
Хлеб пшеничный							8	8	0,8	0,1	5,6	25,4
Молоко							12	12	0,4	0,39	0,7	9
Сухари							5	5	0,47	0,1	3,12	14,1
Масса п/ф								59	0,17	0,1	3,12	- 1,-
Масса жареной								50				
котлеты												
Масло растительное							3	3		3,5		32
Выход								0	9,67	9,69	9,42	163
									-,	",""	0,:=	5
			Рис пр	ипуще	нный №	683 стр.:	316				1	
Крупа рисовая							42	42	1,5	3	12,97	60,6
												9
Масло сливочное							4,2	4,2	0,54	0,05	3,4	16,7
Выход							12	20	2,61	8,05	7,76	130,
												5
			Овоши	CBOWNO	lorynus	∣ I, помид	IODEI)					
Овощи свежие	44	40	Овощи		Согурцы	 	33	30				
овощи евежие			пот из с	меси су	xodnyki	гов № 86						
Сухофрукты	15	15	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Сахар	15	15	0,4		16	60,64	13	13	0,3		14	53
Вода	203	200			10	00,04	153	150				33
Выход	203		0,4		28,6	112,6		<u> </u>	0,3		23,4	92,0
Быход		,0	0,4		20,0	4	1,	J 0	0,5		23,4	6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
ПОЛДНИК	1 00					я №469		l				
Манная крупа	10	10	1,07	0,1	6,8	33,5	10	10	1,07	0,1	6,8	33,5
Творог 5%	141	130	21,6	11,7	1,56	202,8	141	130	21,6	11,7	1,56	202
			,	,	_,,,,				,	,	_,_,	8
Сахар	10	10			10	37	10	30			10	37
Масло сливочное	5	5	0,025	4,1	0,04	37,4	5	5	0,02	4,1	0,04	37,4
									5	,		
Яйца	1/10	4	0,5	0,57	0,03	6,28	1/1	4	0,5	0,57	0,03	6,28
							0					
Сметана 15%	5	5	0,14	1	0,15	10,3	5	5	0,14	1	0,15	10,3
Выход	15	50	23,5	17,4	24,88	354,1	1	50	23,5	17,4	24,88	354,
				7		8				7		18
			Coyc	молочі	ный № 7	'95 стр.З	48			_	•	1
Молоко 2,5 %	25	25	1,4	1,25	2,35	29	25	25	1,4	1,25	2,35	29
Масло сливочное	2,3	2,3					2,3	2,3				
Мука пшеничная	2,3	2,3					2,3	2,3				
Вода	25	25					25	25				
Сахар	4	4					4	4				
Выход	5	0	1,4	1,25	2,35	29	I	0	1,4	1,25	2,35	29
			Какао	с моло	ком № 9	959 стр. 4	1		ı	1		1
Какао – порошок Сахар	4	4					3	3				56,8

Молоко 15 %	100	95	2,8	2,5	4,7	52	75	70	1,96	1,75	3,29	36,4
Вода	110	105					83	78				
Выход	20	00	2,8	2,5	20,7	112,6 4	1!	50	1,96	1,75	17,29	93,2 5
	Пло	дыия	годы све	ежие N	<u>•</u> 368 стр	.300 «Де	ли при	1нт» 20	12			
Яблоки свежие 12%	170,	150	0,6		15	67,5	114	100	0,4		10	45
	5											
Бананы 40%	250	150	0,6		15	67,5	167	100	0,4		10	45
Мандарины 26%	202	150	0,6		15	67,5	135	100	0,4		10	45
Апельсины 33%	223	150	0,6		15	67,5	149	100	0,4		10	45
Итого за день			74,46	72,9	258,1	1906,			65,7	50,3	185,81	152
				6	8	78			1	9		6,39

			C	ад	- Нопо				Я	сли		
Наименование продукта	бруто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	бруто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории
3 A B T P A K		Суг	т молочі	ный с м	акароні	ными из	делия	ми №2	35 стр.	100	•	•
Вермишель	16	16	1,71	0,16	10,88	53,6	12	12	1,28	0,12	8,16	40,2
Молоко 2,5%	105	100	2,8	2,5	4,7	52	82	79	2,21	1,97	3,71	41
Caxap	2	2			2	7,58	1,5	1,5			1,5	5,6
Масло сливочное	5	5	0,025	4,12	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9 2
Вода	88	80					66	60				
Выход	20	00	4,53	6,78	17,62	150,5 8	1!	50	3,51	5,39	13,4	110, 12
	Бутерб	род с г	маслом	сливоч	ным и сы	ыром ро	ссийск	им№3	стр.8			
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6
Масло сливочное	6	6	0,055	9,1	0,091	82,2	5	5	0,04 5	7,42	0,072	67,8 6
Сыр Российский	13	13					8	8				
Выход	4	9	2,365	10	15,09 1	157,8			2,35 5	8,32	15,07 2	157, 8
			Кофей	ный на	питок №	2 956 стр	.403				•	•
Кофейный напиток	3	3	-				2	2				
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53,0 6
Молоко 2,5 %	55	50	1,4	1,25	23,5	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8 4
Вода	150	145					108	103				
Выход	20	00	1,4	1,25	39	86,64	1!	50	1,2	1,1	15,97	74,9
ОБЕД	Борі	щ с кап				о сметан						
Свекла	50	50	0,72		18,8	10,8	30	24	0,43		1,13	6,5
Картофель 30%	28	21	0,42	0,84	3,63	16,8	17	14	0,28	0,56	2,42	11,2
Капуста	25	20	0,36		0,94	5,4	15	12	0,22		0,56	3,24
Морковь	12,5	10	0,18		0,47	2,7	8	6	0,11		0,28	1,62
Лук репчатый	12,5	10,5	0,19		0,47	2,84	7	6	0,11		0,28	1,62
Масло растительное	5	5		5		45	2	2		3		20,7
Томат пюре	7,5	7,5	0,14		0,35	2	4,5	4,5	0,08		0,21	1,22
Сметана 15 %	10	10	0,28	2	0,3	20,6	8	8	0,22	1,6	0,24	16,5
Вода		200						120				
Выход	250	/10	2,29	7,84	10,55	117,9 3	150	0/8	1,57	5,16	6,62	74,6
			Пти	ца в со	yce Nº64	3 стр 297	7					
Цыпленок –бройлер 28%	118	85	15,3	15,3	0,59	204,8						
Масло сливочное	2,4	2,4	0,01	1,65	0,01	14,9						
Масса жаренной птицы		60										

			1	1				1		1		1
Соус красный												
основной 759 стр336		4	0.05	0.00	0.000	7.40						
Масло сливочное	1	1	0,05	0,82	0,008	7,48						
Мука	3	3	0,3	0,03	2,07	10,02						
Томатная паста	5	5	0,09		0,23	1,35						
Лук	1	1	0,01		0,04	0,27						
Морковь	5	4	0,07		0,18	1,08						
Сахар	1	1			1	3,7						
Бульон или вода		50	45.00	47.0	4.400	202.6						
Выход	60,	/50	15,83	17,8	4,128	293,6	9a 24	20				
Еройнор шинионом		NO	лета рус	оленна: 	я из птиц 	ды № 66	85	35	8	5,6		83
Бройлер –цыпленок										· ·	ГС	
Хлеб пшеничный							8 12	8	0,8	0,1	5,6	25,4 9
Молоко							1	12	0,4	0,39	0,7	
Сухари							5	5	0,47	0,1	3,12	14,1
Масса п/ф								59				
Масса жареной								50				
котлеты							_	2		2.5		22
Масло растительное							3	3	0.67	3,5	0.42	32
Выход							5	0	9,67	9,69	9,42	163,
			Попо		N	0.604.0=#	210					5
1/an=ada=:	171	120			I	<u>9 694 стр</u>	1	102	2.05	4.1	17.72	02
Картофель	171	128	2,56	5,12	22,1	102,7	137	102,	2,05	4,1	17,73	82
Magaza	_	-	0.025	4.12	0.04	27.4	4	5	0.02	2.2	0.022	20
Масло сливочное	5 24	5 22	0,025	4,13	0,04	37,4	4 16	4 15	0,02	3,3	0,032	30
Молоко			0,62	0,55	ł	11,44			0,42	0,37	0,71	7,8
Выход	13	50	3,12	9,8	23,14	151,2	1.	20	2,5	7,8	18,14	119, 8
												0
				Огур	цы свеж	кие			1	1		
Огурцы свежие	44	40		- 71			33	30				
- 71- 1												
			Т	Ком	1	иеси сух			T -	. 372	Т	T
Сухофрукты	15	15	0,4		12,6	52	15	15	0,3		9,4	39
Caxap	15	15			16	60,64	13	13			14	53
Вода	203	200					153	150				
Выход	20	00	0,4		28,6	112,6	1	50	0,3		23,4	92,0
		1				4		1				6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник	ı	T			ı	450 стр.3					Т	
Мука	47,2	47,2	5	0,54	34,1	165	33,8	33,8	4,44	0,47	29,8	144, 3
Caxap	8	8			10	37,9	5,8	5,8			8	30,3 2
Молоко 2,5%	21	21	0,64	0,58	1,1	1,96	15	15	0,56	0,5	0,94	10,4
Масло сливочное	6	6	0,02	3,55	0,034	32,2	4,3	4,3	0,02	3,13	0,03	28,4
Яйцо	1/16	2,8	0,5	0,46	0,028	6,28	1/2 0	2	0,5	0,46	0,028	6,28
Дрожжи	1	1	0,1		0,1	1	0,68	0,68	0,1		0,1	1
Масло растительное	0,3	0,3	○, ±	0,3	O, ±	2,7	0,3	0,3		0,3	○ ,±	2,7
Выход	,-	82		0,0		-,,	0,0	58,5		0,0		-,,
полуфабриката		J_										
	1	1	l	1	<u> </u>	1	1	<u> </u>	<u> </u>	1	<u> </u>	1

Выход	70		6,26	5,4	45,4	257	50		5,62	4,86	38,9	223,
,,										,	, .	4
Каша пшеничная вязкая №384 стр. 167												
Молоко 2,5%	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3
Пшеничная	25	25	3,6	0,34	2,4	113,9	18	18	3	0,28	19,04	93,8
Масло сливочное	5	5	0,025	4,12	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	29,9
Сахар	4	4			4	15,16	3	3			3	11,4
Вода	90	85					70	65				
Выход	210		7,03	7,46	12,14	229,3	160		5,52	5,88	26,37	182,
						6						4
				Молон	ко кипяч	еное						
Молоко 2,5 %	211	200	5,6	5	9,4	104	158	150	4,2	3,75	7,5	78
		Конди	терские	изделі	ия(печен	ње прян	ики ва	фли)				
Печенье, вафли,	30	30	2,1	3	22,8	123	30	30	2,1	3	22,8	123
пряники												
·												
Итого за день			60,6	73,5	367,7	2019,			47,4	53,9	236,1	152
				2		36			8	1		2,73

				т,	и день		1						
			С	ад	T	T	ясли						
Наименование продукта	брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	Калории	
3 A B T P A K			Каша г	речнев	ая жидк	ая № 39	0 стр. 1	L69					
Крупа гречневая	20	20	2,14	0,2	13,6	67	15	15	1,6	0,15	10,2	50,2 5	
Молоко 2,5%	126	121	3,4	3	5,7	62,9	96	91	2,5	2,3	4,3	47,3	
Сахар	5	5			5	18,95	4	4			4	15,1 6	
Масло сливочное	5	5	0,03	4,54	0,04	41,2	4	4	0,02	3,71	0,04	33,7	
Вода	80	80					60	60					
Выход	21	LO	5,6	7,74	24,34	190,0 5	16	50	4,12	6,16	18,54	146, 41	
			Какао	с моло	ком № 9	959 стр. 4	403						
Какао – порошок	4	4					3	3					
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	56,8 5	
Молоко 15 %	100	95	2,8	2,5	4,7	52	75	70	1,96	1,75	3,29	36,4	
Вода	110	105					83	78					
Выход	20	00	2,8	2,5	20,7	112,6 4	15	50	1,96	1,75	17,29	93,2 5	
	Г	_				очным и		M		1	Т		
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	75,6	30	30	2,31	0,9	15	75,6	
Масло сливочное	6	6	0,055	9,07	0,09	82,28	5	5	0,04 5	7,43	0,072	67,3 2	
Сыр	13	13					8	8					
Выход	4	9	2,365	9,97	15,09	157,8	4	3	2,35	8,33	15,07	142,	
0557	G			. 6 . 6 .		8	07		5		2	92	
ОБЕД Горох	20	картоф 20	ельныи 2,14	0,2	выми № 13,6	206 стр. 67	12	12	1,3	0,12	8,2	40,2	
Картофель	67	50	1	2	8,65	40	40	30	0,6	1,2	5,2	24	
Морковь	12,5	10	0,18		0,47	2,7	8	6	0,11	1,2	0,28	1,62	
Лук репчатый	12	10	0,18		0,47	2,7	8	6	0,11		0,28	1,62	
Масло растительное	5	5	-, -	5	-,	45	3	3	- /	3	-, -	27	
Вода	187, 5						112, 5						
Выход	25	50	3,5	7,2	23,2	157,4	15	50	2,11	4,32	13,96	94,2 4	
	1	Гефтел	и мяснь	ıe №28	7 стр.259) «Дели	принт»	2012					
Рис	7	7	4,38	0,41	27,9	197,4	5	5	3,53	0,33	22,44	110, 6	
Масса готового риса		20	15,8	7,74		132,7 2		15	12,6	6,17		105, 84	
Говядина 1 кат.	54	51	0,12		0,32	184	42	38	0,09		0,24	1,35	

Вода	8	8					6	6				
Лук репчатый	18	15	0,17		0,44	2,6	13	11	0,08		0,22	1,3
Масло сливочное	3	3	0,16		0,43	2,43	2	2	0,13		0,34	1,94
Масса припущенного		12						9				
лука												
Мука пшеничная	5	5					4	4				
Macca		95						71				
полуфабриката												
Масло сливочное	3	3					2	2				
Выход			20,36	13,1	29,14	321,8	60		16,4	10,5	23,28	256,
						9			5			93
		Мак	ароны о	тварны	е с масл	om № 41	13 стр.:	179				
Макароны	52	52	5,6	0,52	35,4	174,2	42	42	4,5	0,42	28,6	140 <i>,</i>
Масло сливочное	5	5	0,03	4,52	0,04	41,2	4	4	0,02	3,71	0,04	33,7
Выход	15	50	5,63	5,04	35,44	215,4	12	20	4,52	4,13	28,64	174,
					,	<u> </u>						4
		(Соус крас	сный о	сновной	Nº759 c1	rp.336		•			
Вода	30	30					30	30				
Масло сливочное	0,6	0,6	0,07	0,5	0,01	4,49	0,6	0,6	0,07	0,5	0,01	4,49
Мука пшеничная	1,5	1,5			1,2	4,45	1,5	1,5			1,2	4,45
Томатное пюре	3	3	0,05		0,21	0,99	3	3	0,05		0,21	0,99
Морковь	3	2,4	0,04		0,16	0,79	3	2,4	0,04		0,16	0,79
Лук репчатый	0,7	0,6	0,01		0,06	0,2	0,7	0,6	0,01		0,06	0,2
Сахар	0,5	0,5			0,5	1,86	0,5	0,5			0,5	1,86
Выход	3	0	0,16	0,5	2,13	12,77	3	0	0,16	0,5	2,13	12,7
												7
		0	вощи св	ежие (г	томидор	ы или о	гурцы)				
Огурцы	44	40	0,54		1,88	10,8	33	30	0,45		1,41	8,1
Помидоры	44	40	0,54		1,88	10,8	33	30	0,45		1,41	8,1
		Кисе	ель из см	леси су	хофрукт	ов № 86	8 стр. 3	372		T	,	1
Сухофрукты	12	12	0,4		12,6	52	10	10	0,3		9,4	39
Сахар	15	15			16	60,64	13	13			14	53
Крахмал	9	9					6,7	6,7				
картофельный												<u> </u>
Вода	203	200		<u> </u>			153	150				
Выход	20	00	0,4		28,6	112,6 4	15	50	0,3		23,4	92,0 6
Хлеб ржаной	50	50	3,35	0,5	17	90,5	40	40	2,64	0,4	13,6	72,4
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,9	15	78,6	20	20	1,54	0,6	10	52,4
полдник			Рыба	тушена	я в том	ате с ово	щами	Nº 486	стр.21	3		
Минтай24%	80	61	16,5	0,38		71,4	48	35	13,2	0,3		57
Морковь	23	18					15,8	10,8				
Лук репчатый	13	10					7,8	6				
Паста томатная	4	4					2,4	2,4				
Масло растительное	5,3	5,3					3,2	3,2				
Сахар	1,6	1,6					1	1				
Вода	18	18					10,8	10,8				
Масса тушеной рыбы		50						30				
Масса овощей		50						30				
тушеных			<u> </u>					<u> </u>				
Выход	50.	/50	16,54	0,38	0,094	71,94	30	/30	13,2	0,3	0,075	57,4
	30,		10,54	0,50	0,054	7 1,54	50,		- ,	-,-	-,	

			_										
Пюре картофельное № 694 стр.319													
Картофель	171	128	2,56	5,12	22,1	102,7	137	102,	2,05	4,1	17,73	82	
								5					
Масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	4	4	0,02	3,3	0,032	30	
Молоко	24	22	0,62	0,55	1	11,44	16	15	0,42	0,37	0,71	7,8	
Выход 150		3,12	9,8	23,14	151,2	120		2,5	7,8	18,14	119,		
												8	
Хлеб пшеничный	30	30	2,31	0,09	1,5	78,6	20	20	1,54	0,6	1	52,4	
Кофейный напиток № 956 стр.403													
Кофейный напиток	3	3					2	2					
Caxap	15	15			16	60,64	13	13			14	53,0	
												6	
Молоко 2,5 %	55	50	1,4	1,25	23,5	26	47	42	1,2	1,1	1,97	21,8	
												4	
Вода	150	145					108	103					
Выход	20	00	1,4	1,25	39	86,64	150		1,2	1,1	15,97	74,9	
Итого за день			67	51,2	377,7	2273,			52,1	41,3	298	174	
						3			3			1,12	