

«РАЗРАБОТАНО»

«20» 04 2017г.

Начальник

Управления образования

Администрации городского

округа Мытищи Московской области



Н.М. Гречаная

«УТВЕРЖДЕНО»

«20» 04 2017г.

Заведующий

Муниципального бюджетного

дошкольного образовательного

учреждения детский сад № 75

«Аленький цветочек»



Ю.В. Никонова

Типовой рацион питания

на 20 дней при 12-ти часовом пребывании для воспитанников от 3 до 7 лет
муниципальных дошкольных образовательных учреждений городского
округа Мытищи Московской области

Разработчик:

сектор питания Управления

образования городского

округа Мытищи

Цень	1						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
АКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ			200	12,2	18,4	51,3	408,7
картонные изделия	69,00	69,00					
шпцы А							
масло сливочное	8,00	8,00					
сыр Российский	21,00	20,00					
шпатель йодированная с	0,60	0,60					
масло сливочное для	6,00	6,00					
защипывания противня							
Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0
шпатель питьевая	70,00	70,00					
шпатель кофейный	3,20	3,20					
шпатель лотой колос							
шпатель сахар-песок	16,00	16,00					
шпатель молоко стерилизованное	150,00	150,00					
2% жирности							
Итого :							
Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Сок из плодов и ягод свежих			190	1,1	0,0	18,8	81,7
сок яблочный прямого	190,00	190,00					
сжима							
Итого :							
Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из отварной свеклы с яблоком			60	1,0	2,1	6,4	46,4
свекла	67,00	55,00					
блоки	4,00	3,00					
шпатель (зелень)	2,40	1,80					
масло подсолнечное	2,00	2,00					
афинированное							
С Рассольник со сметаной на м/б			250	3,4	6,3	22,1	156,1
картофель	100,00	70,00					
супа Перловая	8,00	8,00					
картофель красная	20,00	16,00					
картофель репчатый	12,00	10,00					
картофель соленные	30,00	18,00					
шпатель (зелень)	5,00	3,75					
масло сливочное	5,00	5,00					
солоное							
метана 15% жирности	10,00	10,00					
шпатель мясной	298,00	298,00					
шпатель йодированная с	2,25	2,25					
шпатель ным содержанием							
С Сметанка картофельная с отварным			200	13,9	12,3	31,0	285,9
картофель	210,00	147,00					
масло подсолнечное	2,00	2,00					
афинир д/смазки							
масло сливочное	3,00	3,00					
солоное							
шпатель куриное	0,25	10,00					
шпатель 1-й категории	82,00	75,00					
шпатель почная							
шпатель репчатый	12,00	10,00					
шпатель молоко стерилизованное	22,00	22,00					
шпатель 2% жирности							
шпатель йодированная	2,00	2,00					
С Соус молочный			20	0,8	0,7	2,3	18,3
шпатель молоко стерилизованное	20,00	20,00					
шпатель 2% жирности							
шпатель Пшеничная высшего	2,00	2,00					
шпатель орта							
шпатель йодированная с	0,05	0,05					
шпатель ниженным содержанием							
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ			200	0,0	0,0	14,0	76,0
шпатель концентрат напитка	10,00	10,00					
шпатель витаминизированного							
шпатель концентрат напитка	10,00	10,00					
шпатель витаминизированного							
шпатель вода питьевая	200,00	200,00					
шпатель вода питьевая	200,00	200,00					
Итого :							

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
ДС Запеканка капустная			160	11,1	14,4	9,6	209,4
Яйцо куриное	1,64	65,64					
Масло сливочное несоленое	7,00	7,00					
Капуста белокочанная	160,00	128,00					
Сметана 15% жирности	4,00	4,00					
Сухари панировочные	4,00	4,00					
Соль йодированная	1,56	1,56					
Д Соус сметанный			20	0,4	1,4	1,6	21,1
Сметана 15% жирности	7,00	7,00					
Мука Пшеничная высшего сорта	2,00	2,00					
Вода питьевая	16,00	16,00					
Сисломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
Кефир жирный	200,00	194,00					
Сахарный сироп 100%	6,00	6,00					
Зафли с фруктовойгодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Зафли с фруктово-годными начинками	21,00	21,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
Хлеб Целебный	48,00	48,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный Молодецкий	72,00	72,00					

Итого :

День 2

Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Д Вермишель отварная в молоке жидкая			220	7,0	10,5	28,1	228,8
Макаронные изделия группы А	22,00	22,00					
Молоко стерилизованное ,2% жирности	165,00	165,00					
Сахар-песок	4,00	4,00					
Масло сливочное несоленое	6,00	6,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,55	0,55					
ДС Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
Чай черный байховый	0,66	0,66					
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	184,00	184,00					
ДС Сыр порционный сыр Российский	11,00	10,00	10	2,3	3,0	0,0	37,1

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Флоды свежие блоки	194,00	170,00	170	0,7	0,0	19,2	78,2

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из помидоров и огурцов с р/м			60	0,5	4,1	2,0	46,1
Томаты (грунтовые)	39,00	33,00					
Гурцы (грунтовые)	17,00	16,00					
Петрушка (зелень)	1,80	1,32					
Укроп зеленый (перо)	9,00	7,00					
Масло подсолнечное рафинированное	4,00	4,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,15	0,15					
Суп гороховый вегетарианский			250	8,0	2,2	26,4	152,1
Вода питьевая	298,00	298,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	2,50	2,50					
Масло сливочное несоленое	2,00	2,00					
Укроп репчатый	12,00	10,00					
Петрушка (зелень)	2,50	1,85					

16 октября 2013 г.

Страница 2 из 30

Толоко стерилизованное	150,00	150,00
,2% жирности		
ахар-песок	16,00	16,00
ода питьевая	70,00	70,00

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
[С Сок из плодов и ягод свежих			190	1,1	0,0	18,8	81,7
ок яблочный прямого	190,00	190,00					
тжима							

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
[С Салат из капусты белокочанной и			60	1,0	4,1	3,4	53,2
орковь красная	24,00	19,00					
апуста белокочанная	49,00	39,00					
асло подсолнечное	4,00	4,00					
афинированное							
оль йодированная с	0,15	0,15					
онигненным содержанием							
[Борщ со сметаной вегетарианский			250	4,5	4,7	27,5	163,4
ук репчатый	10,00	8,00					
векла	70,00	56,00					
ахар-песок	1,00	1,00					
апуста белокочанная	100,00	80,00					
артофель	100,00	70,00					
метана 15% жирности	10,00	10,00					
етрушка (зелень)	3,00	1,50					
ода питьевая	198,00	198,00					
асло сливочное	3,00	3,00					
есоленое							
орковь красная	20,00	16,00					
оль йодированная	2,50	2,50					
[С Рыба (треска), запеченная в молочном			80	10,0	2,6	2,5	74,5
реска	108,00	79,00					
асло сливочное для	2,00	2,00					
мазывания противня							
оль йодированная с	0,80	0,80					
онигненным содержанием							
лука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
орта							
Толоко стерилизованное	23,00	23,00					
,2% жирности							
[С Картофельное пюре			150	3,3	6,0	25,4	162,4
артофель	174,00	122,00					
Толоко стерилизованное	28,00	28,00					
,2% жирности							
асло сливочное	6,00	6,00					
есоленое							
оль йодированная с	1,50	1,50					
онигненным содержанием							
[С Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
ай черный байховый	0,66	0,66					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
, Ежики			160	13,1	8,0	13,6	182,0
вядина 1 категории	101,00	92,00					
рупа Рисовая	17,00	17,00					
йцо куриное	0,15	6,26					
ук репчатый	12,00	10,00					
оль йодированная	0,84	0,84					
, Соус сметанный			20	0,4	1,4	1,6	21,1
метана 15% жирности	7,00	7,00					
лука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
рта							
ода питьевая	16,00	16,00					
'исломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
ефир жирный	200,00	194,00					

орех шлифованный	30,00	30,00					
морковь красная	20,00	16,00					
картофель	50,00	35,00					
С Котлета куриная			80	16,5	13,3	4,1	212,4
выпечка-бройлеры 1-й	122,00	107,4					
категории потрошенные							
хлеб пшеничный формовой	8,00	8,00					
из муки в/с							
вода питьевая	15,00	15,00					
масло подсолнечное	3,00	3,00					
сметанная д/смазки							
соль йодированная с	0,80	0,80					
уменьшенным содержанием							
Рагу овощное			150	4,0	4,7	20,5	136,8
картофель	87,00	61,00					
капуста белокочанная	48,00	38,00					
морковь красная	45,00	36,00					
лук репчатый	22,00	19,00					
картофель стерилизованное	44,00	44,00					
2% жирности							
масло сливочное	4,00	4,00					
сметанная							
соль йодированная с	1,50	1,50					
уменьшенным содержанием							
Компот из сухофруктов			200	0,4	0,0	25,4	98,1
сметанная сухофруктов	14,00	14,00					
сахар-песок	16,00	16,00					
вода питьевая	196,00	196,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Сырники запеченные творожные			160	30,1	18,6	24,2	388,4
каша Пшеничная высшего	14,00	14,00					
картофель							
сахар-песок	9,00	9,00					
масло сливочное	3,00	3,00					
сметанная							
соль йодированная	0,43	17,39					
картофель полужирный	157,00	155,00					
каша Пшеничная высшего	5,00	5,00					
картофель							
Соус сметанный сладкий			20	0,7	1,5	3,2	28,8
вода питьевая	6,00	6,00					
сметанная 15% жирности	5,00	5,00					
каша Пшеничная высшего	2,00	2,00					
картофель							
картофель стерилизованное	14,00	14,00					
2% жирности							
сахар-песок	1,00	1,00					
Картофельный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
капуста 3,2% жирности	203,00	200,00					
Сметанное витаминизированное			25	5,1	2,9	16,5	117,5
сметанное	25,00	25,00					
сметанное витаминизированное							
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
хлеб пшеничный	72,00	72,00					
картофельный							
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
хлеб Целебный	48,00	48,00					

Итого :

Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Каши из овсяных хлопьев "Геркулес"			220	6,2	11,2	29,2	245,3
вода питьевая	0,00	0,00					
масло сливочное	7,00	7,00					
сметанная							
картофель стерилизованное	165,00	165,00					
2% жирности							
капуста хлопья "Геркулес"	22,00	22,00					
сахар-песок	7,00	7,00					
соль йодированная с	0,55	0,55					
уменьшенным содержанием							
Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0
напиток кофейный	3,20	3,20					
картофель колос							

6 октября 2013 г.

харный сироп 100%	6,00	6,00					
фли с фруктово-ягодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
фли с фруктово-ягодными начинками	21,00	21,00					
еб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
еб Целебный	47,00	47,00					
еб пшеничный (витаминизированный) на весь день			72	5,3	2,1	37,0	180,0
еб пшеничный	72,00	72,00					
лодецкий							

Итого :

Цена 4

Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Каша гречневая молочная			220	6,8	10,1	31,9	236,9
упа Гречневая ядрица	29,00	29,00					
олоко стерилизованное 2% жирности	110,00	110,00					
ода питьевая	73,00	73,00					
хар-песок	7,00	7,00					
асло сливочное соленое	7,00	7,00					
ль йодированная с нижним содержанием	0,55	0,55					
Какао на молоке			200	5,5	7,5	21,5	165,6
као-порошок	3,30	3,30					
хар-песок	13,00	13,00					
олоко стерилизованное 2% жирности	180,00	180,00					
ода питьевая	28,00	28,00					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
лоды свежие			180	0,7	0,0	19,2	78,2
локи	205,00	180,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из зеленого горошка			60	1,6	1,2	4,2	33,4
рошек зеленый консервированный	102,00	61,00					
асло подсолнечное финирированное	1,00	1,00					
Суп рыбный			250	11,2	2,0	16,2	125,9
цено	5,00	5,00					
ль йодированная с нижним содержанием	2,25	2,25					
трушка (корень)	5,00	3,75					
ода питьевая	298,00	298,00					
е	100,00	80,00					
к чатый	12,00	10,00					
рковь красная	20,00	16,00					
ртофель	75,00	52,00					
асло сливочное соленое	2,00	2,00					
роп	2,50	1,85					
Котлета мясная			80	7,7	10,0	3,7	135,1
к репчатый	8,00	6,00					
еб пшеничный формовой	6,00	6,00					
з муки в/с							
асло подсолнечное финирированное	3,00	3,00					
вядина 1-й категории	66,00	60,00					
очная							
ода питьевая	14,00	14,00					
асло подсолнечное финир д/смазки	2,00	2,00					
ль йодированная	0,96	0,96					
Рис отварной			150	3,6	6,9	37,4	228,1
упа Рисовая	51,00	51,00					
асло сливочное соленое	8,00	8,00					
ль йодированная с нижним содержанием	1,50	1,50					
Отвар шиповника			200	0,6	0,0	24,9	103,2

юда питьевая	223,00	223,00
сахар-песок	13,00	13,00
Липовник (сухой)	20,00	20,00

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Салат из отварных овощей			160	3,0	16,2	16,3	219,9
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,40	0,40					
Петрушка (зелень)	3,20	2,40					
Порковь красная	40,00	32,00					
Масло подсолнечное рафинированное	16,00	16,00					
Орешек зеленый консервированный	27,00	16,00					
Пюре консервированное из уксуса	35,00	28,00					
Уксус репчатый	16,00	13,00					
Картофель	81,00	57,00					
С Пирожок печеный с яблоком			70	6,0	7,2	38,7	244,9
Масло сливочное несоленое	4,00	4,00					
Куриное филе	0,17	7,00					
Масло подсолнечное рафинированное	1,00	1,00					
Блоки	21,00	15,00					
Масло подсолнечное рафинированное для смазки	1,00	1,00					
Сахар-песок	6,00	6,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,17	0,17					
Мука Пшеничная высшего сорта	42,00	42,00					
Молоко стерилизованное 2% жирности	21,00	21,00					
Сахар-песок	1,00	1,00					
Пирожки прессованные	1,00	1,00					
Кисломолочный напиток ряженка 3,2% жирности	203,00	200,00	200	5,6	6,4	8,2	118,0
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	204	93,5
Хлеб Целебный	47,00	47,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на весь день			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный олодечный	72,00	72,00					

Итого :

День	5						
Завтрак I	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Запеканка творожная с изюмом			160	22,4	15,3	26,1	331,7
Куриное филе	112,00	111,00					
Куриное филе	0,20	8,00					
Мука Манная	11,00	11,00					
Молоко стерилизованное 2% жирности	56,00	56,00					
Сахар-песок	11,00	11,00					
Изюм	5,00	5,00					
Масло сливочное для выпечки	3,00	3,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,59	0,59					
Соус сметанный сладкий			20	0,7	1,5	3,2	28,8
Молода питьевая	6,00	6,00					
Сметана 15% жирности	5,00	5,00					
Мука Пшеничная высшего сорта	2,00	2,00					
Молоко стерилизованное 2% жирности	14,00	14,00					
Сахар-песок	1,00	1,00					
С Сыр порционный Российский	11,00	10,00	10	2,3	3,0	0,0	37,1
С Чай с сахаром черный байховый			200	0,1	0,0	16,0	61,5
Сахар-песок	0,66	0,66					
	16,00	16,00					

Молоко стерилизованное 3,2% жирности	67,00	67,00					
Сахар-песок	6,00	6,00					
Яйцо куриное диетическое	0,18	7,00					
Дрожжи прессованные	2,00	2,00					
Яблоки	18,00	13,00					
Сахар-песок	3,00	3,00					
Масло подсолнечное рафинир д/смазки	7,00	7,00					
Масло сливочное несоленое	7,00	7,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,35	0,35					
Д Соус сметанный сладкий			20	0,7	1,5	3,2	28,8
Вода питьевая	6,00	6,00					
Сметана 15% жирности	5,00	5,00					
Мука Пшеничная высшего сорта	2,00	2,00					
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	14,00	14,00					
Сахар-песок	1,00	1,00					
Кисломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
Кефир жирный	200,00	194,00					
Сахарный сироп 100%	6,00	6,00					
Вафли с фруктово-ягодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Вафли с фруктово-ягодными начинками	21,00	21,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
Хлеб Целебный	48,00	48,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на весь день			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный Молодецкий	72,00	72,00					

Итого :

День 6	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Завтрак 1							
КС Каша рисовая молочная			220	4,8	9,4	29,7	221,5

Вода питьевая	73,00	73,00					
Група Рисовая	24,00	24,00					
Сахар-песок	7,00	7,00					
Масло сливочное несоленое	7,00	7,00					
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	110,00	110,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,55	0,55					
Масло сливочное несоленое			8	0,1	6,6	0,1	59,8
Масло сливочное несоленое	8,00	8,00					
Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	70,00	70,00					
Молоко стерилизованное 2% жирности	150,00	150,00					
Напиток кофейный Злотой колос	3,20	3,20					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Буды свежие			170	0,7	0,0	19,2	78,2
Буды	194,00	170,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Салат из моркови			60	0,7	4,1	5,9	61,9
Морковь красная	70,00	56,00					
Сахар-песок	2,00	2,00					
Масло подсолнечное рафинированное	4,00	4,00					
Уп-лапша на курином бульоне			250	2,0	0,2	14,3	63,3
Лук репчатый	10,00	8,00					
Морковь красная	19,00	15,00					
Бульон куриный	262,00	262,00					

Молоко стерилизованное	67,00	67,00					
3,2% жирности							
Сахар-песок	6,00	6,00					
Яйцо куриное диетическое	0,18	7,00					
Дрожжи прессованные	2,00	2,00					
Блоки	18,00	13,00					
Сахар-песок	3,00	3,00					
Масло подсолнечное	7,00	7,00					
Зафинир д/смазки							
Масло сливочное	7,00	7,00					
несоленное							
Соль йодированная с	0,35	0,35					
пониженным содержанием							
1 Соус сметанный сладкий			20	0,7	1,5	3,2	28,8
Вода питьевая	6,00	6,00					
Сметана 15% жирности	5,00	5,00					
Мука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
сорта							
Молоко стерилизованное	14,00	14,00					
3,2% жирности							
Сахар-песок	1,00	1,00					
Скисломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
Сметан жирный	200,00	194,00					
Сахарный сироп 100%	6,00	6,00					
Зафли с фруктовойгодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Зафли с фруктово-	21,00	21,00					
годными начинками							
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
Хлеб Целебный	48,00	48,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный	72,00	72,00					
Молодецкий							

Итого :

День	6						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
1С Каша рисовая молочная			220	4,8	9,4	29,7	221,5
Вода питьевая	73,00	73,00					
Мука Рисовая	24,00	24,00					
Сахар-песок	7,00	7,00					
Масло сливочное	7,00	7,00					
несоленное							
Молоко стерилизованное	110,00	110,00					
3,2% жирности							
Соль йодированная с	0,55	0,55					
пониженным содержанием							
Масло сливочное несоленное			8	0,1	6,6	0,1	59,8
Масло сливочное	8,00	8,00					
несоленное							
Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	70,00	70,00					
Молоко стерилизованное	150,00	150,00					
2% жирности							
Напиток кофейный	3,20	3,20					
Злотой колос							

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Блоды свежие			170	0,7	0,0	19,2	78,2
Блоки	194,00	170,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Салат из моркови			60	0,7	4,1	5,9	61,9
Морковь красная	70,00	56,00					
Сахар-песок	2,00	2,00					
Масло подсолнечное	4,00	4,00					
Зафинированное							
Уп-лапша на курином бульоне			250	2,0	0,2	14,3	63,3
Лук репчатый	10,00	8,00					
Морковь красная	19,00	15,00					
Бульон куриный	262,00	262,00					

пюре картофельное	25,00	18,00					
кондитерские изделия	12,00	12,00					
Супы А							
С Супе из отварной курицы			70	14,3	12,8	3,4	194,7
масло сливочное для	3,00	3,00					
приправы противная							
молоко стерилизованное	27,00	27,00					
2% жирности							
мука Пшеничная высшего	3,00	3,00					
сорта							
масло сливочное	1,00	1,00					
соединенное							
соль йодированная с	0,84	0,84					
сниженным содержанием							
шпатель-бройлеры 1-й	94,00	83,00					
категории потрошенные							
мясо куриное диетическое	0,18	7,00					
Рagu овощное			150	4,0	4,7	20,5	136,8
пюре картофельное	87,00	61,00					
шпатель белокочанная	48,00	38,00					
морковь красная	45,00	36,00					
лук репчатый	22,00	19,00					
молоко стерилизованное	44,00	44,00					
2% жирности							
масло сливочное	4,00	4,00					
соединенное							
соль йодированная с	1,50	1,50					
сниженным содержанием							
Сладкое с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
сладкое с сахаром	0,66	0,66					
сахар-песок	16,00	16,00					
вода питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Сосиска с капустой тушеной			160	5,8	9,2	9,0	143,7
шпатель белокочанная	127,00	102,00					
морковь красная	19,00	15,00					
стружка (зелень)	6,43	3,21					
мука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
сорта							
сметана	2,00	2,00					
масло подсолнечное	2,00	2,00					
сфигированное							
сосиски (сосиски)	32,00	31,00					
сосиски							
соль йодированная	1,61	1,61					
С Булочка печеная			70	6,2	7,4	33,4	226,7
сахар-песок	4,00	4,00					
йогурт	0,21	8,40					
продукты прессованные	2,00	2,00					
масло сливочное	4,00	4,00					
соединенное							
молоко пастеризованное	21,00	21,00					
2 % жирности							
мука Пшеничная высшего	41,00	41,00					
сорта							
масло подсолнечное	2,00	2,00					
сфигированное							
Кисломолочный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
кефир 3,2% жирности	203,00	200,00					
хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
хлеб пшеничный	72,00	72,00					
хлеб пшеничный							
хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
хлеб Целебный	48,00	48,00					

Итого :

День	7						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Супе творожное			160	23,8	16,1	22,4	330,9
вареное полужирное	118,00	117,00					
мука Манная	12,00	12,00					
йогурт куриный	0,40	16,00					
молоко стерилизованное	35,00	35,00					
2% жирности							

асло подсолнечное	1,00	1,00					
ифинированное							
оль йодированная	0,47	0,47					
АЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ			100	1,9	6,1	9,4	98,9
ртофель	37,00	26,00					
гурцы соленые	21,00	17,00					
ук репчатый	19,00	16,00					
рошек зеленый	23,00	15,00					
нсервированный							
асло подсолнечное	6,00	6,00					
ифинированное							
орковь красная	26,00	22,00					
ечение витаминизированное			25	5,1	2,9	16,5	117,5
ечение	25,00	25,00					
итаминизированное							
С Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
ай черный байховый	0,66	0,66					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	184,00	184,00					
леб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
леб Целебный	47,00	47,00					
леб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
леб пшеничный	72,00	72,00					
олодецкий							

Итого :

8

3. прак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Каша молочная Дружба			220	4,9	9,5	30,0	223,9
олоко стерилизованное	110,00	110,00					
2% жирности							
зупа Рисовая	11,00	11,00					
ода питьевая	73,00	73,00					
шено	14,00	14,00					
ахар-песок	7,00	7,00					
асло сливочное	7,00	7,00					
зсоленное							
оль йодированная с	0,55	0,55					
зниженным содержанием							
С Сыр порционный			10	2,3	3,0	0,0	37,1
ыр Российский	11,00	10,00					
С Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
ай черный байховый	0,66	0,66					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	184,00	184,00					

Итого :

3. прак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
л. . свежие			180	0,7	0,0	19,2	78,2
блоки	205,00	180,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Салат из капусты белокачанной и			60	1,0	4,1	3,4	53,2
орковь красная	24,00	19,00					
зпуста белокачанная	49,00	39,00					
асло подсолнечное	4,00	4,00					
зфинированное							
оль йодированная с	0,15	0,15					
зниженным содержанием							
С Суп фасолевый на м/б			250	8,5	4,2	32,7	190,3
асоль	30,00	30,00					
ртофель	100,00	70,00					
ук репчатый	12,00	10,00					
орковь красная	20,00	16,00					
асло сливочное	2,00	2,00					
зсоленное							
кроп	2,50	1,88					
метана 15% жирности	10,00	10,00					

Соль йодированная с пониженным содержанием	2,25	2,25					
Бульон мясной	298,00	298,00					
ДС Запеканка картофельная с отварным			200	13,9	12,3	31,0	285,9
Лук репчатый	12,00	10,00					
Говядина 1-й категории	82,00	75,00					
Пшеничная мука							
Картофель	210,00	147,00					
Яйцо куриное	0,25	10,00					
Молоко стерилизованное	22,00	22,00					
3,2% жирности							
Масло сливочное	3,00	3,00					
Песочное							
Масло подсолнечное	2,00	2,00					
Запеканка д/смазки							
Соль йодированная	2,00	2,00					
Д Соус молочный			20	0,8	0,7	2,3	18,3
Молоко стерилизованное	20,00	20,00					
3,2% жирности							
Мука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
Сорта							
Соль йодированная с	0,05	0,05					
пониженным содержанием							
ДС Отвар шиповника			200	0,6	0,0	24,9	103,2
Сахар-песок	13,00	13,00					
Шиповник (сухой)	20,00	20,00					
Вода питьевая	223,00	223,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Д Гуляш			60	9,7	8,8	5,8	142,8
Мука Пшеничная высшего	4,00	4,00					
Сорта							
Говядина 1 категории	81,00	73,00					
Морковь красная	26,00	21,00					
Лук репчатый	13,00	10,00					
Вода питьевая	25,00	25,00					
Масло подсолнечное	3,00	3,00					
Запеканка д/смазки							
Гомат-паста	3,00	3,00					
Соль йодированная	0,43	0,43					
Д Рис отварной			120	2,9	5,2	30,1	180,2
Крупа Рисовая	41,00	41,00					
Масло сливочное	6,00	6,00					
Песочное							
Соль йодированная с	1,20	1,20					
пониженным содержанием							
Вафли с фруктовыми начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Вафли с фруктово-	21,00	21,00					
выми начинками							
Д Кисломолочный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
Ряженка 3,2% жирности	203,00	200,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
Хлеб Целебный	47,00	47,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный	72,00	72,00					
Молодецкий							

Итого :

День	9						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Д Омлет натуральный			100	6,9	9,0	3,1	120,0
Масло сливочное для	3,00	3,00					
смазывания противня							
Молоко стерилизованное	60,00	60,00					
3,2% жирности							
Соль йодированная с	0,25	0,25					
пониженным содержанием							
Яйцо куриное диетическое	1,00	50,00					
ДС Салат из зеленого горошка			40	1,1	1,1	2,8	25,4
Горошек зеленый	68,00	41,00					
консервированный							
Масло подсолнечное	1,00	1,00					
Запеканка д/смазки							
Д колбаски детские (сосиски)			35	3,9	8,0	0,6	93,1
Колбаски (сосиски)	36,00	35,00					
детские							
Д Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0

Соль йодированная	0,35	0,35					
Джем			20	0,1	0,0	13,8	53,0
Джем из абрикосов	20,00	20,00					
Кисломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
Кефир жирный	200,00	194,00					
Сахарный сироп 100%	6,00	6,00					
Вафли с фруктовойягодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Вафли с фруктово-ягодными начинками	21,00	21,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
Хлеб Целебный	48,00	48,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный	72,00	72,00					
Молодецкий							

Итого :

День 10

Завтрак 1

	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Д Вермишель отварная в молоке жидкая			220	7,0	10,5	28,1	228,8
Макаронные изделия группы А	22,00	22,00					
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	165,00	165,00					
Сахар-песок	4,00	4,00					
Масло сливочное несоленое	6,00	6,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,55	0,55					
Масло сливочное несоленое			8	0,1	6,6	0,1	59,8
Масло сливочное несоленое	8,00	8,00					
ЧС Чай с сахаром чай черный байховый	0,66	0,66	200	0,1	0,0	16,0	61,5
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Завтрак 2

	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Флоды свежие			170	0,7	0,0	19,2	78,2
Флоды	194,00	170,00					

Итого :

Обед

	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
ИС Икра кабачковая			60	1,1	6,5	4,7	81,7
Икра кабачковая	65,00	61,00					
Масло подсолнечное рафинированное	1,00	1,00					
Укроп	0,60	0,24					
ЧД Рассольник со сметаной на курином			250	3,5	6,7	22,2	160,3
Сметана 15% жирности	12,00	12,00					
Грибы Перловая	8,00	8,00					
Картофель	100,00	70,00					
Лук репчатый	13,00	10,00					
Помидоры красная	20,00	16,00					
Помидоры соленые	30,00	18,00					
Петрушка	5,00	4,00					
Петрушка, укропа сушеная							
Укроп куриный	298,00	298,00					
Масло сливочное несоленое	5,00	5,00					
Соль йодированная	2,25	2,25					
С Суфле из отварной курицы			70	14,3	12,8	3,4	197,7
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	27,00	27,00					
Мука Пшеничная высшего сорта	3,00	3,00					
Масло сливочное несоленое	1,00	1,00					
Масло сливочное для выпечки	3,00	3,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,84	0,84					
Курица-бройлеры 1-й категории потрошенные	94,00	83,00					

олоко стерилизованное	150,00	150,00
2% жирности		
ахар-песок	16,00	16,00
ода питьевая	70,00	70,00
апиток кофейный	3,20	3,20
олотой колос		

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Сок из плодов и ягод свежих			190	1,0	0,0	18,8	81,7
эк яблочный прямого жима	190,00	190,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Морковь тертая с яблоком и сахаром			60	0,6	0,1	6,7	28,8
орковь красная	56,00	45,00					
блоки	20,00	14,00					
ахар-песок	2,00	2,00					
Свекольник вегетарианский со сметаной			250	4,9	4,8	29,6	173,3
асоль	5,00	5,00					
зекла	100,00	80,00					
ртофель	100,00	70,00					
к репчатый	10,00	8,00					
орковь красная	50,00	40,00					
мат-паста	2,00	2,00					
сливочное	3,00	3,00					
солное							
струшка (зелень)	3,00	2,25					
метана 15% жирности	10,00	10,00					
ода питьевая	298,00	298,00					
оль йодированная с	2,25	2,25					
ниженным содержанием							
Котлеты рыбные с капустой и морковью			80	8,6	10,1	5,4	146,5
орковь красная	22,00	17,00					
к репчатый	19,00	16,00					
пуста белокочанная	22,00	18,00					
асло подсолнечное	4,00	4,00					
финированное							
метана 15% жирности	20,00	20,00					
еска	67,00	49,00					
ир Российский	6,00	6,00					
хари панировочные	2,00	2,00					
оль йодированная	0,40	0,40					
Картофельное пюре			150	3,3	6,0	25,4	162,4
ртофель	174,00	122,00					
олоко стерилизованное	28,00	28,00					
2% жирности							
слио сливочное	6,00	6,00					
соленое							
оль йодированная с	1,50	1,50					
ниженным содержанием							
компот из сухофруктов			200	0,4	0,0	25,4	98,1
есь сухофруктов	14,00	14,00					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	196,00	196,00					

Итого :

Толдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Оладьи из муки			140	10,6	14,4	58,7	407,3
ожи прессованные	2,00	2,00					
олоко стерилизованное	70,00	70,00					
1% жирности							
ка Пшеничная высшего	64,00	64,00					
эта							
цо куриное диетическое	0,35	14,00					
ахар-песок	11,00	11,00					
сло сливочное	7,00	7,00					
соленое							
сло подсолнечное	4,00	4,00					
финир д/смазки							

5 октября 2013 г.

йцо куриное диетическое	0,00	7,00					
Рagu овощное			150	4,0	4,7	20,5	136,8
артофель	87,00	61,00					
апушта белокочанная	48,00	38,00					
юрковь красная	45,00	36,00					
ук репчатый	22,00	19,00					
юлоко стерилизованное	44,00	44,00					
2% жирности							
асло сливочное	4,00	4,00					
асоленное							
оль йодированная с	1,50	1,50					
ниженным содержанием							
АПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ			200	0,0	0,0	14,0	76,0
энцентрат напитка	10,00	10,00					
таминизированног							
энцентрат напитка	10,00	10,00					
таминизированног							
ода питьевая	200,00	200,00					
ода питьевая	200,00	200,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Печень по-строгановски			60	7,5	2,6	1,5	60,4
ук репчатый	8,00	6,00					
зчень Говяжья	58,00	52,00					
метана 15% жирности	6,00	6,00					
зл-йодированная с	0,60	0,60					
н-ным содержанием							
ор-ль красная	13,00	10,00					
С Каша гречневая рассыпчатая			100	5,8	5,3	31,3	187,4
уа Гречневая ядрица	46,00	46,00					
асло сливочное	5,00	5,00					
асоленное							
ода питьевая	69,00	69,00					
зл-йодированная с	1,00	1,00					
ниженным содержанием							
Кисломолочный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
иженка 3,2% жирности	203,00	200,00					
рчение витаминизированное			25	5,1	2,9	16,5	117,5
рчение	25,00	25,00					
таминизированное							
теб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
теб Целебный	48,00	48,00					
теб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
теб пшеничный	72,00	72,00					
злодецкий							

Итого :

День 11	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Завтрак 1							
Каша пшеничная молочная			220	6,5	10,6	29,8	240,9
юлоко пастеризованное	172,00	172,00					
2 % жирности							
асло	24,00	24,00					
асло сливочное	6,00	6,00					
асоленное							
хар-песок	5,00	5,00					
Сыр порционный			10	2,3	3,0	0,0	37,1
ир Российский	11,00	10,00					
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
й черный байховый	0,66	0,66					
хар-песок	16,00	16,00					
да питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Сок из плодов и ягод свежих			190	1,0	0,0	18,8	81,7
к яблочный прямого	190,00	190,00					
кима							

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
-------------	---------------	--------------	--------------	----------	----------	----------	-------------

5 октября 2013 г.

Страница 15 из 30

ДС Салат из капусты с яблоком и морковью			60	0,8	4,0	4,2	55,5
Капуста белокочанная	36,00	29,00					
Морковь красная	19,00	15,00					
Яблоки	16,00	14,00					
Масло подсолнечное рафинированное	4,00	4,00					
Соль йодированная с униженным содержанием	0,15	0,15					
Д Борщ со сметаной вегетарианский			250	4,5	472	27,5	163,4
Морковь красная	20,00	16,00					
Масло сливочное несоленое	3,00	3,00					
Сметана 15% жирности	10,00	10,00					
Свекла	70,00	56,00					
Картофель	100,00	70,00					
Капуста белокочанная	100,00	80,00					
Вода питьевая	198,00	198,00					
Лук репчатый	10,00	8,00					
Сахар-песок	1,00	1,00					
Петрушка (зелень)	3,00	1,50					
Соль йодированная	2,50	2,50					
Г Тефтели из рыбы			70	6,9	4,2	6,9	91,7
Молоко пастеризованное 2 % жирности	25,00	25,00					
Яйцо куриное диетическое	0,10	4,00					
Масло сливочное несоленое	3,00	3,00					
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	11,00	11,00					
Реска	58,00	42,00					
Г Томатный соус			20	0,4	3,0	2,3	37,8
Томат-паста	3,00	3,00					
Лук репчатый	4,00	3,00					
Масло подсолнечное рафинированное	3,00	3,00					
Мука Пшеничная высшего орта	2,00	2,00					
ГС Макароны отварные с маслом			130	5,1	5,6	34,9	201,4
Макаронные изделия зуппы А	47,00	47,00					
Масло сливочное несоленое	6,00	6,00					
Соль йодированная с униженным содержанием	1,30	1,30					
ГС Отвар шиповника			200	0,6	0,0	24,9	103,2
Сахар-песок	13,00	13,00					
Шиповник (сухой)	20,00	20,00					
Вода питьевая	223,00	223,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Плов из риса и мяса			160	11,4	9,9	25,8	240,9
Лук репчатый	13,00	11,00					
Свинина 1 категории	80,00	73,00					
Масло подсолнечное рафинированное	4,00	4,00					
Морковь красная	20,00	16,00					
Зупа Рисовая	32,00	32,00					
Смет-пюре	1,00	1,00					
Соль йодированная	1,60	1,60					
Пирожок печеный с капустой			70	5,2	6,3	25,3	179,3
Мука Пшеничная высшего орта	31,00	31,00					
Молоко стерилизованное 2% жирности	15,00	15,00					
Яйцо куриное диетическое	0,10	4,00					
Масло подсолнечное рафинированное	1,00	1,00					
Масло сливочное несоленое	1,00	1,00					
Хлебки прессованные	1,00	1,00					
Капуста белокочанная	27,00	21,00					
Масло сливочное несоленое	2,00	2,00					

6 октября 2013 г.

йцо куриное диетическое	0,10	4,00					
асло подсолнечное	1,00	1,00					
зфинир д/смазки							
ахар-песок	2,00	2,00					
оль йодированная с ниженным содержанием	0,17	0,17					
оль йодированная с ниженным содержанием	0,14	0,14					
исломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
эфир жирный	200,00	194,00					
ахарный сироп 100%	6,00	6,00					
леб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
леб Целебный	47,00	47,00					
леб пшеничный (витаминизированный) на леб пшеничный	72,00	72,00	72	5,3	2,1	37,0	180,0
олодецкий							

Итого :

День 12							
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"			220	6,2	11,2	29,2	154,0
ода питьевая	0,00	0,00					
асло сливочное	7,00	7,00					
осоленое							
злоко стерилизованное 2% жирности	165,00	165,00					
зсяные хлопья "Геркулес"	22,00	22,00					
з: есок	7,00	7,00					
оль йодированная с ниженным содержанием	0,55	0,55					
асло сливочное несоленое			8	0,1	6,6	0,1	59,8
асло сливочное соленое	8,00	8,00					
Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0
ода питьевая	70,00	70,00					
ахар-песок	16,00	16,00					
злоко стерилизованное 2% жирности	150,00	150,00					
питок кофейный лотой колос	3,20	3,20					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
тоды свежие			180	0,7	0,0	19,2	78,2
локи	205,00	180,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из моркови с яблоками			60	0,6	2,0	6,7	46,7
орковь красная	52,00	42,00					
локи	23,00	16,00					
ахар-песок	2,00	2,00					
асло подсолнечное финированное	2,00	2,00					
Суп картофельный на м/б ртофель	175,00	122,00	250	3,0	4,3	26,4	149,6
к репчатый	12,00	10,00					
орковь красная	20,00	16,00					
асло сливочное	5,00	5,00					
соленое							
трушка (зелень)	5,00	3,75					
пшон мясной	298,00	298,00					
ль йодированная с ниженным содержанием	2,25	2,25					
Голубцы ленивые с отварным мясом			220	12,7	14,8	22,5	274,6
ль йодированная с ниженным содержанием	2,20	2,20					
упа Рисовая	18,00	18,00					
пшон мясной	19,00	19,00					
зядина 1-й категории	77,00	69,00					
зчная							
туфта белокочанная	198,00	158,00					
асло подсолнечное финированное	2,00	2,00					

5 октября 2013 г.

Страница 17 из 30

омат-паста	2,00	2,00					
асло сливочное	6,00	6,00					
есоленое							
метана 15% жирности	11,00	11,00					
С Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
ай черный байховый	0,66	0,66					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Котлета мясная			60	6,0	6,6	3,9	100,3
леб пшеничный формовой	5,00	5,00					
из муки в/с							
асло подсолнечное	2,00	2,00					
афинированное							
ук репчатый	6,00	5,00					
вядина 1-й категории	49,00	45,00					
почная							
ода питьевая	11,00	11,00					
асло подсолнечное	1,00	1,00					
афинир д/смазки							
оль йодированная	0,72	0,72					
Свекла тушеная			100	2,0	3,1	12,3	81,8
ук репчатый	14,00	12,00					
асло подсолнечное	3,00	3,00					
афинированное							
етрушка (зелень)	0,67	0,50					
векла	131,00	103,00					
оль йодированная с	0,50	0,50					
зниженным содержанием							
С Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
ай черный байховый	0,66	0,66					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	184,00	184,00					
ечение витаминизированное			25	5,1	2,9	16,5	117,5
ечение	25,00	25,00					
итаминизированное							
леб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
леб Целебный	47,00	47,00					
леб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
леб пшеничный	72,00	72,00					
олодецкий							

Итого :

День	13						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Каша молочная Дружба			220	4,9	9,5	30,0	223,9
шено	14,00	14,00					
олоко стерилизованное	110,00	110,00					
2% жирности							
ахар-песок	7,00	7,00					
асло сливочное	7,00	7,00					
есоленое							
ода питьевая	73,00	73,00					
упа Рисовая	11,00	11,00					
оль йодированная с	0,55	0,55					
зниженным содержанием							
асло сливочное несоленое			8	0,1	6,6	0,1	59,8
асло сливочное	8,00	8,00					
есоленое							
аква на молоке			200	5,4	7,1	22,5	166,3
аква-порошок	2,50	2,50					
ахар-песок	14,00	14,00					
олоко стерилизованное	180,00	180,00					
2% жирности							
ода питьевая	28,00	28,00					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Сок из плодов и ягод свежих			190	1,0	0,0	18,8	81,7
сок яблочный прямого	190,00	190,00					
жима							

16 октября 2013 г.

Страница 18 из 30

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
[С Салат из сырых овощей			60	0,7	4,1	2,5	48,6
апушта белокочанная	24,00	19,00					
оматы (грунтовые)	16,00	15,00					
гурцы (грунтовые)	16,00	15,00					
орковь красная	11,00	9,00					
асло подсолнечное	4,00	4,00					
афинированное							
оль йодированная с	0,15	0,15					
онигненным содержанием							
[Бульон куриный с гречками			250	1,7	0,2	11,3	54,4
ульон куриный	234,00	234,00					
леб пшеничный формовой	28,00	14,00					
из муки в/с							
орковь красная	28,00	23,00					
оль йодированная	1,89	1,89					
Курица отварная			70	13,9	8,8	0,0	144,7
ыпята-бройлеры 1-й	106,00	94,00					
атегории потрошенные							
оль йодированная с	0,84	0,84					
ниженным содержанием							
Соус молочный			20	0,8	0,7	2,3	18,3
олоко стерилизованное	20,00	20,00					
2% жирности							
ука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
орт							
оль йодированная с	0,05	0,05					
ниженным содержанием							
С Каша гречневая рассыпчатая			150	8,7	8,4	47,0	284,8
упа Гречневая ядрица	69,00	69,00					
асло сливочное	8,00	8,00					
осоленое							
ода питьевая	104,00	104,00					
оль йодированная с	1,50	1,50					
ниженным содержанием							
АПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ			200	0,0	0,0	14,0	76,0
нцентрат напитка	10,00	10,00					
таминизированног							
нцентрат напитка	10,00	10,00					
таминизированног							
ода питьевая	200,00	200,00					
ода питьевая	200,00	200,00					

Итого :

Толдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Сельдь вымоченная			30	3,4	1,2	0,0	25,5
сельдь атлантическая	52,00	30,00					
еднесоленая							
с регрет с р/м			130	2,6	9,1	14,6	148,1
е	40,00	32,00					
труска (зелень)	1,30	0,96					
асло подсолнечное	9,00	9,00					
финированное							
урец консервированный	25,00	20,00					
з уксуса							
ртофель	60,00	42,00					
шошек зеленый	16,00	9,00					
сервированный							
рковь красная	25,00	20,00					
ль йодированная с	0,32	0,32					
ниженным содержанием							
с репчатый	8,00	6,00					
Фли с фруктовойгодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
фли с фруктово-	21,00	21,00					
дными начинками							
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
й черный байховый	0,66	0,66					
хар-песок	16,00	16,00					
да питьевая	184,00	184,00					
еб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
еб Целебный	48,00	48,00					
еб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
еб пшеничный	72,00	72,00					
лодецкий							

Итого :

1 октября 2013 г.

День	14					
<i>Завтрак 1</i>	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У Эн/ц
ПС Пудинг творожный запеченный			160	22,6	15,2	22,5 318,2
ворог полужирный	112,00	110,00				
рупа Манная	11,00	11,00				
Масло подсолнечное	2,00	2,00				
афинир д/смазки						
ахар-песок	11,00	11,00				
йцо куриное диетическое	0,30	12,00				
Молоко стерилизованное	56,00	56,00				
,2% жирности						
Соус сметанный сладкий			20	0,7	1,5	3,2 28,8
ода питьевая	6,00	6,00				
метана 15% жирности	5,00	5,00				
Мука Пшеничная высшего	2,00	2,00				
орта						
Молоко стерилизованное	14,00	14,00				
,2% жирности						
ахар-песок	1,00	1,00				
ПС Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0 61,5
ай черный байховый	0,66	0,66				
ахар-песок	16,00	16,00				
ода питьевая	184,00	184,00				

Итого :

<i>Завтрак 2</i>	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У Эн/ц
Глоды свежие			170	0,7	0	19,2 78,2
блоки	194,00	170,00				

Итого :

<i>Обед</i>	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У Эн/ц
ПС Салат из огурцов с р/м			60	0,5	4,1	1,9 45,3
Масло подсолнечное	4,00	4,00				
афинированное						
Огурцы (грунтовые)	60,00	57,00				
етрушка (зелень)	3,00	2,22				
оль йодированная с	0,15	0,15				
ниженным содержанием						
Свекольник вегетарианский со сметаной			250	4,9	4,8	29,6 173,3
асоль	5,00	5,00				
векла	100,00	80,00				
артофель	100,00	70,00				
ук репчатый	10,00	8,00				
юрковь красная	50,00	40,00				
омат-паста	2,00	2,00				
Масло сливочное	3,00	3,00				
асоленное						
етрушка (зелень)	3,00	2,25				
метана 15% жирности	10,00	10,00				
ода питьевая	298,00	298,00				
оль йодированная с	2,25	2,25				
ниженным содержанием						
С Рыба (треска), запеченная в молочном			80	10,0	2,6	2,5 74,5
оль йодированная с	0,80	0,80				
ниженным содержанием						
асло сливочное для	2,00	2,00				
лазывания противня						
реска	108,00	79,00				
олоко стерилизованное	23,00	23,00				
2% жирности						
ука Пшеничная высшего	2,00	2,00				
рта						
С Картофельное пюре			150	3,3	6,0	25,4 162,4
артофель	174,00	122,00				
олоко стерилизованное	28,00	28,00				
2% жирности						
асло сливочное	6,00	6,00				
асоленное						
оль йодированная с	1,50	1,50				
ниженным содержанием						
компот из сухофруктов			200	0,4	0,0	25,4 98,1
ахар-песок	16,00	16,00				

еесь сухофруктов	14,00	14,00
да питьевая	196,00	196,00

Итого :

Толдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Котлета куриная			60	12,5	9,6	4,1	161,4
пята-бройлеры 1-й	91,00	80,10					
егории потрошенные							
еб пшеничный формовой	6,00	6,00					
з муки в/с							
да питьевая	12,00	12,00					
исло подсолнечное	2,00	2,00					
финир д/смазки							
ль йодированная с	0,60	0,60					
ниженным содержанием							
Салат из отварных овощей			100	1,9	10,1	10,3	137,8
ль йодированная с	0,25	0,25					
ниженным содержанием							
исло подсолнечное	10,00	10,00					
финированное							
рковь красная	25,00	20,00					
к репчатый	10,00	8,00					
рошек зеленый	17,00	10,00					
сервированный							
урец консервированный	22,00	18,00					
з уксуса							
труска (зелень)	2,00	1,50					
ртофель	51,00	36,00					
с фруктовой начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
с фруктово-	21,00	21,00					
дными начинками							
исломолочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
фир жирный	200,00	194,00					
харный сироп 100%	6,00	6,00					
еб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
еб Целебный	48,00	48,00					
еб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
еб пшеничный	72,00	72,00					
лодецкий							

Итого :

День	15						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Каша рисовая молочная			220	4,8	9,4	29,7	221,5
хар-песок	7,00	7,00					
да питьевая	73,00	73,00					
упа Рисовая	24,00	24,00					
локо стерилизованное	110,00	110,00					
2% жирности							
сливочное	7,00	7,00					
соевое							
ль йодированная с	0,55	0,55					
ниженным содержанием							
Сыр порционный			10	2,3	3,0	0,0	37,1
р Российский	11,00	10,00					
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
й черный байховый	0,66	0,66					
хар-песок	16,00	16,00					
да питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Сок из плодов и ягод свежих			190	1,1	0,0	18,8	81,7
к яблочный прямого	190,00	190,00					
жима							

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из свежих помидоров с луком			60	0,4	4,1	2,2	46,4
маты (грунтовые)	53,00	50,00					
асло подсолнечное	4,00	4,00					
финированное							
к репчатый	10,00	8,00					
Суп рыбный			250	11,2	2,0	16,2	125,9

6 октября 2013 г.

Страница 21 из 30

Соль йодированная с униженным содержанием ода питьевая	2,25	2,25					
реска	298,00	298,00					
асло сливочное есоленое	100,00	80,00					
ук репчатый	2,00	2,00					
етрушка (корень)	12,00	10,00					
орковь красная	5,00	3,75					
артофель	20,00	16,00					
шено	75,00	52,00					
кроп	5,00	5,00					
кроп	2,50	1,85					
С Жаркое по-домашнему			220	9,8	9,3	37,3	264,3
ук репчатый	22,00	18,00					
асло сливочное есоленое	4,00	4,00					
артофель	244,00	172,00					
омат-паста	2,00	2,00					
орковь красная	22,00	18,00					
овядина 1-й категории лочная	53,00	48,00					
асло подсолнечное афинированное	2,00	2,00					
Соль йодированная с ониженным содержанием	2,20	2,20					
ода питьевая	44,00	44,00					
С Отвар шиповника			200	0,6	0,0	24,9	103,2
ода питьевая	223,00	223,00					
Шиповник (сухой)	20,00	20,00					
Сахар-песок	13,00	13,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Оладьи из муки			140	10,6	14,4	58,7	407,3
Дрожжи прессованные	2,00	2,00					
Молоко стерилизованное	70,00	70,00					
3,2% жирности							
Мука Пшеничная высшего	64,00	64,00					
орта							
Яйцо куриное диетическое	0,35	14,00					
Сахар-песок	11,00	11,00					
Масло сливочное есоленое	7,00	7,00					
Масло подсолнечное	4,00	4,00					
афинир д/смазки							
Соль йодированная	0,35	0,35					
Молоко сгущенное с сахаром			20	0,8	0,9	10,1	49,2
Молоко сгущенное с ахаром 8.5% жирности	20,00	20,00					
Т Кисломолочный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
ряженка 3,2% жирности	203,00	200,00					
Печенье витаминизированное			25	5,1	2,9	16,5	117,5
Печенье витаминызированное	25,00	25,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
Хлеб Целебный	47,00	47,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный Молодецкий	72,00	72,00					

Итого :

День 16

Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Каша пшеничная молочная			220	6,5	10,6	29,8	240,9
Пшено	24,00	24,00					
Масло сливочное есоленое	6,00	6,00					
Молоко пастеризованное	172,00	172,00					
3,2 % жирности							
Сахар-песок	5,00	5,00					
С Сыр порционный			10	2,3	3,0	0,0	37,1
Сыр Российский	11,00	10,00					
Д Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0

16 октября 2013 г.

Страница 22 из 30

ода питьевая	70,00	70,00
ахар-песок	16,00	16,00
апиток кофейный	3,20	3,20
элотой колос		
олоко стерилизованное	150,00	150,00
2% жирности		

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
лоды свежие			180	0,7	0,0	19,2	78,2
Блоки	205,00	180,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из кукурузы консервированной с р/м			60	1,6	1,2	4,1	33,0
куруза консервированная	105,00	60,00					
асло подсолнечное	1,00	1,00					
финированное							
Борщ со сметаной вегетарианский			250	4,5	4,7	27,5	163,4
пуста белокочанная	100,00	80,00					
ртофель	100,00	70,00					
зекла	70,00	56,00					
этрушка (зелень)	3,00	1,50					
асло сливочное	3,00	3,00					
солёное							
метана 15% жирности	10,00	10,00					
орковь красная	20,00	16,00					
к репчатый	10,00	8,00					
ода питьевая	198,00	198,00					
ахар-песок	1,00	1,00					
оль йодированная	2,50	2,50					
Котлета рыбная			80	9,8	8,5	7,5	146,5
еска	93,00	68,00					
еб пшеничный формовой	8,00	8,00					
з муки в/с							
олоко стерилизованное	12,00	12,00					
2% жирности							
цо куриное диетическое	0,10	4,00					
асло подсолнечное	2,00	2,00					
финированное							
ка Пшеничная высшего	2,00	2,00					
рта							
асло подсолнечное	2,00	2,00					
финир д/смазки							
асло сливочное	4,00	4,00					
солёное							
ль йодированная с	0,96	0,96					
ниженным содержанием							
Рассольник овощное			150	4,0	4,7	20,5	136,8
ль	87,00	61,00					
пуста белокочанная	48,00	38,00					
орковь красная	45,00	36,00					
к репчатый	22,00	19,00					
олоко стерилизованное	44,00	44,00					
2% жирности							
асло сливочное	4,00	4,00					
солёное							
ль йодированная с	1,50	1,50					
ниженным содержанием							
Компот из сухофруктов			200	0,4	0,0	25,4	98,1
ахар-песок	16,00	16,00					
есь сухофруктов	14,00	14,00					
да питьевая	196,00	196,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
сосиска с капустой тушеной			160	5,8	9,2	9,0	143,7
орковь красная	19,00	15,00					
баски (сосиски)	32,00	31,00					
гские							
сло подсолнечное	2,00	2,00					
финированное							
мат-паста	2,00	2,00					
ка Пшеничная высшего	2,00	2,00					
рта							

5 октября 2013 г.

Страница 23 из 30

Ватрушка (зелень)	6,43	3,21					
Муфта белокочанная	127,00	102,00					
Муфта йодированная	1,61	1,61					
Молочный напиток с сахаром			200	5,4	6,2	13,9	136,9
Масло сливочное	200,00	194,00					
Сахарный сироп 100%	6,00	6,00					
С Ватрушка с творогом			70	10,3	8,4	42,7	289,2
Молоко пастеризованное	22,00	22,00					
2 % жирности							
Сахар-песок	4,00	4,00					
Соль прессованные	2,00	2,00					
Масло сливочное	3,00	3,00					
Молоко							
Яйцо куриное	0,12	4,67					
Сахар-песок	7,00	7,00					
Муфта йодированная	0,37	0,37					
Морож. полужирный	23,00	22,00					
Муфта Пшеничная высшего	44,00	44,00					
Муфта							
Масло сливочное	2,00	2,00					
Молоко							
Яйцо куриное	0,12	4,67					
Молоко ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
Молоко Целебный	47,00	47,00					
Молоко пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Молоко пшеничный	72,00	72,00					
Молокодецкий							

Итого :

День 17							
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Молоко Запеканка творожная			160	22,4	15,3	26,1	331,7
Морож. полужирный	112,00	111,00					
Яйцо куриное	0,20	8,00					
Муфта Манная	11,00	11,00					
Молоко стерилизованное	56,00	56,00					
2% жирности							
Сахар-песок	11,00	11,00					
Морож. (изюм)	5,00	5,00					
Масло сливочное для	3,00	3,00					
мазирования противня							
Молоко йодированная с	0,59	0,59					
ониженным содержанием							
С Соус сметанный сладкий			20	0,7	1,5	3,2	28,8
Молоко питьевая	6,00	6,00					
Молоко 15% жирности	5,00	5,00					
Муфта Пшеничная высшего	2,00	2,00					
Муфта							
Молоко стерилизованное	14,00	14,00					
2% жирности							
Сахар-песок	1,00	1,00					
Сахар на молоке			200	5,4	7,1	22,5	166,3
Сахар-песок	14,00	14,00					
Молоко стерилизованное	180,00	180,00					
2% жирности							
Молоко питьевая	28,00	28,00					
Сахар-порошок	2,50	2,50					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Молоко Сок из плодов и ягод свежих			190	1,1	0,0	18,8	81,7
Молоко яблочный прямого	190,00	190,00					
Молоко утжима							
Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Молоко Салат из свеклы с чесноком			60	1,1	2,1	7,6	51,4
Свекла	77,00	60,00					
Чеснок	1,00	1,00					
Сахар-песок	1,00	1,00					

асло подсолнечное	2,00	2,00					
финированное							
ль йодированная с	0,15	0,15					
ниженным содержанием							
Суп гороховый вегетарианский			250	8,0	2,2	26,4	152,1
к репчатый	12,00	10,00					
струшка (зелень)	2,50	1,85					
эрковь красная	20,00	16,00					
асло сливочное	2,00	2,00					
соленое							
рох шлифованный	30,00	30,00					
да питьевая	298,00	298,00					
ртофель	50,00	35,00					
ль йодированная с	2,50	2,50					
ниженным содержанием							
Плов из риса и мяса			220	15,6	14,1	35,6	335,8
к репчатый	18,00	15,00					
упа Рисовая	44,00	44,00					
эрковь красная	28,00	22,00					
вядина 1 категории	110,00	100,00					
мат-пюре	2,00	2,00					
асло подсолнечное	6,00	6,00					
финированное							
ль йодированная	2,20	2,20					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ			200	0,0	0,0	14,0	76,0
нцентрат напитка	10,00	10,00					
т низированног							
трат напитка	10,00	10,00					
таминизированног							
да питьевая	200,00	200,00					
да питьевая	200,00	200,00					

Итого :

Толдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
АРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С СЫРОМ			140	7,7	16,1	27,8	283,7
ртофель	143,00	100,00					
асло сливочное	13,00	13,00					
соленое							
локо пастеризованное	21,00	20,00					
2% жирности							
ка Пшеничная высшего	10,00	10,00					
рта							
р Российский	11,00	10,00					
цо куриное	0,34	13,50					
ль йодированная	1,25	1,25					
Соус молочный			20	0,8	0,7	2,3	18,3
локо стерилизованное	20,00	20,00					
1% жирности							
шеничная высшего	2,00	2,00					
ль йодированная с	0,05	0,05					
ниженным содержанием							
ЧЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ			25	5,1	2,9	16,5	117,5
чеченье	25,00	25,00					
гаминизированное							
Кисломолочный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
женка 3,2% жирности	203,00	200,00					
Чай ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
Чай Целебный	48,00	48,00					
Чай пшеничный (витаминизированный) на весь день			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Чай пшеничный	72,00	72,00					
лодцкий							

Итого :

Чай	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Чай трава I			220	5,6	9,5	28,5	221,1
Чай Каша манная молочная							
сло сливочное	7,00	7,00					
соленое							
да питьевая	73,00	73,00					
хар-песок	7,00	7,00					
ла Манная	24,00	24,00					
локо стерилизованное	110,00	110,00					
% жирности							

оль йодированная с онигненным содержанием	0,55	0,55					
С Сыр порционный			10	2,3	3,0	0,0	37,1
ыр Российский	11,00	10,00					
Кофейный напиток с молоком			200	4,6	5,3	23,1	154,0
ода питьевая	70,00	70,00					
олоко стерилизованное	150,00	150,00					
,2% жирности							
ахар-песок	16,00	16,00					
апиток кофейный	3,20	3,20					
олотой колос							

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
лоды свежие			170	0,7	0,0	19,2	78,2
блоки	194,00	170,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат картофельный с р/м			60	1,0	6,1	5,1	78,0
артофель	25,00	17,00					
рошек зеленый	28,00	17,00					
нсервированный							
гурцы (грунтовые)	22,00	21,00					
асло подсолнечное	6,00	6,00					
зфинированное							
оль йодированная с	0,15	0,15					
ниженным содержанием							

С Суп вермишелевый на мясном бульоне			250	3,1	0,3	22,9	100,9
акаронные изделия	20,00	20,00					
уппы А							
артофель	50,00	35,00					
ульон мясной	298,00	298,00					
оль йодированная с	2,25	2,25					
ниженным содержанием							
орковь красная	20,00	16,00					

Суфле из отварного мяса запеченое			80	11,7	13,5	5,5	192,3
вядина 1-й категории	82,00	75,00					
точная							
олоко стерилизованное	42,00	42,00					
2% жирности							
ука Пшеничная высшего	5,00	5,00					
рта							
йцо куриное диетическое	0,20	8,00					
асло сливочное	4,00	4,00					
соленое							
асло подсолнечное	2,00	2,00					
зфинир д/смазки							
оль йодированная с	0,96	0,96					
ниженным содержанием							

С Капуста тушеная			150	3,4	8,2	12,2	132,8
етрушка (зелень)	4,50	3,38					
ука Пшеничная высшего	2,00	2,00					
рта							
пуста белокочанная	180,00	144,00					
мат-паста	2,00	2,00					
орковь красная	22,00	18,00					
асло подсолнечное	3,00	3,00					
зфинированное							
оль йодированная с	1,50	1,50					
ниженным содержанием							
к репчатый	18,00	15,00					
асло сливочное	6,00	6,00					
соленое							
компот из сухофруктов			200	0,4	0,0	25,4	98,1
иесь сухофруктов	14,00	14,00					
ахар-песок	16,00	16,00					
ода питьевая	196,00	196,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Сельдь вымоченная			30	3,4	1,2	0,0	25,5
ельдь атлантическая	52,00	30,00					
еднесоленая							
С Винегрет с р/м			130	2,6	9,1	14,6	148,1
оль йодированная с	0,32	0,32					
ниженным содержанием							
етрушка (зелень)	1,30	0,96					

Масло подсолнечное	9,00	9,00					
зафинированное							
Свекла	40,00	32,00					
Огурец консервированный	25,00	20,00					
Уксус							
Орешек зеленый	16,00	9,00					
Консервированный							
Тук репчатый	8,00	6,00					
Морковь красная	25,00	20,00					
Картофель	60,00	42,00					
Зафли с фруктовойгодными начинками			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Зафли с фруктово-годными начинками	21,00	21,00					
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
Чай черный байховый	0,66	0,66					
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	184,00	184,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			48	2,7	0,5	20,8	95,5
Хлеб Целебный	48,00	48,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный	72,00	72,00					
Молодецкий							

Итого :

День 19							
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Сметаночный натуральный			100	6,8	9,0	3,1	120,0
Масло сливочное для мазывания противня	3,00	3,00					
Молоко стерилизованное, 2% жирности	60,00	60,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,25	0,25					
Куриное диетическое	1,25	50,00					
Колбаски детские (сосиски)			35	3,9	8,0	0,6	93,1
Сосиски	36,00	35,00					
Салат из зеленого горошка			40	1,1	1,1	2,8	25,4
Масло подсолнечное зафинированное	1,00	1,00					
Орешек зеленый консервированный	68,00	41,00					
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
Чай черный байховый	0,66	0,66					
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	184,00	184,00					

Итого :

Завтрак 2	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из плодов и ягод свежих			190	1,1	0,2	18,8	81,7
Молоко сливочное прямого жима	190,00	190,00					

Итого :

Обед	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из моркови с яблоками			60	0,6	2,0	6,7	46,7
Морковь красная	52,00	42,00					
Яблоки	23,00	16,00					
Сахар-песок	2,00	2,00					
Масло подсолнечное зафинированное	2,00	2,00					
Свекольник вегетарианский со сметаной			250	4,9	4,8	29,6	173,3
Соль	5,00	5,00					
Свекла	100,00	80,00					
Картофель	100,00	70,00					
К репчатый	10,00	8,00					
Морковь красная	50,00	40,00					
Мат-паста	2,00	2,00					
Масло сливочное	3,00	3,00					
Соленое							
Трушка (зелень)	3,00	2,25					
Сметана 15% жирности	10,00	10,00					

Вода питьевая	298,00	298,00					
Соль йодированная с униженным содержанием	2,25	2,25					
Д Суфле из печени			80	11,3	5,5	4,6	114,6
Течень Говяжья	80,00	66,00					
Мука Пшеничная 1 сорта	5,00	5,00					
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	24,00	24,00					
Яйцо куриное	0,20	8,00					
Масло подсолнечное рафинир д/смазки	2,00	2,00					
ДС Каша гречневая рассыпчатая			150	8,7	8,4	47,0	284,8
Група Гречневая ядрица	69,00	69,00					
Масло сливочное несоленное	8,00	8,00					
Вода питьевая	104,00	104,00					
Соль йодированная с униженным содержанием	1,50	1,50					
ДС Отвар шиповника			200	0,6	0,0	24,9	103,2
Сахар-песок	13,00	13,00					
Вода питьевая	223,00	223,00					
Шиповник (сухой)	20,00	20,00					

Итого :

Полдник	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Оладьи с яблоками			140	9,5	16,5	56,5	413,7
Мука Пшеничная высшего орта	62,00	62,00					
Молоко стерилизованное 2% жирности	67,00	67,00					
Сахар-песок	6,00	6,00					
Яйцо куриное диетическое	0,18	7,00					
Прожки прессованные	2,00	2,00					
Блоки	18,00	13,00					
Сахар-песок	3,00	3,00					
Масло подсолнечное рафинир д/смазки	7,00	7,00					
Масло сливочное несоленное	7,00	7,00					
Соль йодированная с униженным содержанием	0,35	0,35					
Жем			20	0,1	0,0	13,8	53,0
Жем из абрикосов	20,00	20,00					
Афли с фруктовой начинкой			21	1,9	5,8	12,2	108,8
Афли с фруктово- годными начинками	21,00	21,00					
Кисломолочный напиток			200	5,6	6,4	8,2	118,0
Ягелка 3,2% жирности	203,00	200,00					
Леп ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
Леп Целебный	47,00	47,00					
Леп пшеничный (витаминизированный) на весь день			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Леп пшеничный олодцкий	72,00	72,00					

Итого :

День	20						
Завтрак 1	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
С Суфле творожное			160	23,8	16,1	22,4	330,9
зорог полужирный	118,00	117,00					
зупа Манная	12,00	12,00					
йцо куриное	0,40	16,00					
олоко стерилизованное	35,00	35,00					
2% жирности							
ахар-песок	11,00	11,00					
асло сливочное для	3,00	3,00					
азывания противня							
олоко сгущенное с сахаром			20	0,8	0,9	10,1	49,2
олоко сгущенное с	20,00	20,00					
ахаром 8.5% жирности							
С Сыр порционный			10	2,3	3,0	0,0	37,1
ыр Российский	11,00	10,00					
С Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
эй черный байховый	0,66	0,66					

хар-песок	16,00	16,00
да питьевая	184,00	184,00

Итого :

Завтрак 2

	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
поды свежие			170	0,7	0,0	19,2	78,2
локи	194,00	170,00					

Итого :

Обед

	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
Салат из капусты с яблоком и морковью			60	0,8	4,0	4,2	55,5
пуста белокочанная	36,00	29,00					
орковь красная	19,00	15,00					
локи	16,00	14,00					
сло подсолнечное	4,00	4,00					
финированное							
ль йодированная с	0,15	0,15					
ниженным содержанием							
суп овощной со сметаной			250	3,5	5,5	18,4	132,9
метана 15% жирности	10,00	10,00					
сло сливочное	4,00	4,00					
соленое							
орковь красная	20,00	16,00					
к репчатый	10,00	8,00					
пуста белокочанная	98,00	78,00					
ртофель	100,00	56,00					
к зеленый	20,00	12,00					
лированный							
трушка (зелень)	3,00	1,50					
ль йодированная	2,50	2,50					
Кнели рыбные отварные (треска)			80	8,9	1,4	3,9	64,3
еска	88,00	64,00					
локо пастеризованное	24,00	24,00					
% жирности							
ка Пшеничная 1 сорта	4,00	4,00					
ль йодированная с	0,40	0,40					
ниженным содержанием							
цо куриное	0,08	3,20					
Картофельное пюре			150	3,3	6,0	25,4	162,4
ртофель	174,00	122,00					
локо стерилизованное	28,00	28,00					
% жирности							
сло сливочное	6,00	6,00					
соленое							
ль йодированная с	1,50	1,50					
ниженным содержанием							
компот из сухофруктов			200	0,4	0,0	25,4	98,1
хар-песок	16,00	16,00					
сухофруктов	14,00	14,00					
да питьевая	196,00	196,00					

Итого :

Толдник

	Брутто	Нетто	Выход	Б	Ж	У	Эн/ц
лат Бурячок			80	1,3	7,1	7,3	96,9
сло подсолнечное	7,00	7,00					
финированное							
екла	46,00	37,00					
к репчатый	5,00	4,00					
шошек зеленый	31,00	20,00					
сервированный							
локи	15,00	14,00					
Котлета мясная			70	6,7	8,2	3,7	116,5
к репчатый	7,00	6,00					
сло подсолнечное	3,00	3,00					
финированное							
еб пшеничный формовой	6,00	6,00					
муки в/с							
яжина 1-й категории	57,00	52,00					
очная							
да питьевая	12,00	12,00					
сло подсолнечное	1,00	1,00					
финир д/смазки							
ль йодированная	0,84	0,84					

Пирожок печеный с яйцом и зеленым луком			70	6,9	6,3	23,1	178,0
Мука Пшеничная высшего сорта	28,00	28,00					
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	14,00	14,00					
Сахар-песок	2,00	2,00					
Яйцо куриное	0,10	4,20					
Дрожжи прессованные	1,00	1,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,21	0,21					
Масло сливочное несоленое	2,00	2,00					
Мука Пшеничная высшего сорта	1,00	1,00					
Яйцо куриное	0,52	21,00					
Тук зеленый (перо)	3,00	2,00					
Соль йодированная с пониженным содержанием	0,21	0,21					
Яйцо куриное	0,04	1,40					
Масло сливочное для мазывания противня	1,00	1,00					
ТС Чай с сахаром			200	0,1	0,0	16,0	61,5
Чай черный байховый	0,66	0,66					
Сахар-песок	16,00	16,00					
Вода питьевая	184,00	184,00					
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) на весь день			47	2,6	0,5	20,4	93,5
Хлеб Целебный	47,00	47,00					
Хлеб пшеничный (витаминизированный) на весь день			72	5,3	2,1	37,0	180,0
Хлеб пшеничный Молодецкий	72,00	72,00					

Итого :

ЗАВЕРИТЕЛЬНАЯ НАДПИСЬ

Прошито и пронумеровано 40

Серк листов

Заведующий МБДОУ № 75

«Аленький цветочек»

Ю.В.Никонова

04 20 17 г.

