

		Лавровый лист*	0,05	0,05												
		Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
		Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Макаронные изделия					180	5,2	9,1	33,4	236,3	0,07	44,11	10,3	42,7	7,6	0,77	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №116																
		Масляные изделия*	63,00	63,0												
		Масло сливочное*	12,00	12												
		Соль*	0,60	0,6												
Напиток "Дары осени"					200	0,2	0,2	11,2	47,4	12,6	10,4	6,04	4,2	1,2	0,3	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №198																
		Курдюк*	12,00	12												
		Изюм*	10,00	10												
		Сахар*	10,00	10												
Хлеб ржано-пшеничный					30	2,19	0,4	10,65	54,96	0,06	9,9	54,6	16,2	1,26		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																
		Хлеб ржано-пшеничный*	30,00	30												
Хлеб пшеничный					30	2,3	0,24	14,6	69,76	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																
		Хлеб пшеничный*	30,00	30												
Итого:					26,41	25,98	107,72	770,34	23,7	0,73	185,63	59,5	309,92	66,23	4,52	
4 день 76(руб)																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг					
<i>Обед</i>			700	205	1,54	3,09	14,58	62,29	15,02	0,04	149,21	35,04	43,64	17,96	0,9	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №111																
		Сметана*	32,00	32												
		Кефир*	16,00	16												
		Картофель*	12,00	12												
		Морковь*	8,00	8												
		Лук репчатый*	8,00	8												
		Томатная паста*	2,40	2,4												
		Масло растительное*	2,00	2												
		Овощи консервированные*	13,33	8												
		Соль*	0,30	0,3												
		Сметана*	5,00	5												
		Лавровый лист*	0,02	0,02												
		Укроп (сушеный)*	0,05	0,05												
		Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05												
Плов с говядиной					240	17,18	20	38,23	401,64	2,5	0,17	141,4	299,3	410,6	32,4	3,8
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №342																
		Говядина лед*	86,00	86												
		Крупы рис пропаренная*	62,00	62												
		Лук репчатый*	16,00	16												
		Морковь*	23,00	23,0												
		Чеснок (сушеный)*	0,10	0												
		Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
		Масло растительное*	3,00	3,0												
		Соль*	1,50	1,5												
		Томатная паста*	5,00	5,0												
Чай с сахаром					200	0,2	0,05	20,03	81,27	0,1	0,05	4,65	6,24	4,4	0,82	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №583																
		Сахар*	7,00	7												
		Чай*	3,00	3												
Хлеб пшеничный					35	2,66	0,28	17,01	81,2	0,04	7	22,75	4,9	0,38		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																
		Хлеб пшеничный*	35,00	35												
Хлеб ржано-пшеничный					30	2,19	0,4	10,65	54,96	0,06	9,9	54,6	16,2	1,26		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																
		Хлеб ржано-пшеничный*	30,00	30												
Итого:					23,77	23,82	100,5	711,38	17,62	0,31	290,66	356,19	538,13	75,86	7,18	
5 день 76(руб)																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг					
<i>Обед</i>			700	200	5,1	3,28	14,39	107,48	13,42	0,09	98,51	19,9	60,32	21,08	0,78	
Распорядок логотранспортный																
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №132																
		Картофель*	60,00	60												
		Жульен картофельный*	4,00	4												
		Морковь*	8,00	8												
		Лук репчатый*	4,00	4												
		Овощи консервированные (соленные)*	21,82	12												
		Масло растительное*	2,00	2												
		Соль*	0,30	0,3												
		Лавровый лист*	0,02	0,02												
		Укроп (сушеный)*	0,02	0,02												
		Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02												
Поддержка из рыбы					90	9,55	4,95	7,47	112,63	2,25	0,12	7,2	88,11	267,84	61,38	1,08
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №379																
		Мякоть*	201,72	117												
		Мука вс/с*	7,00	7												
		Лук репчатый*	36,00	36												
		Масло сливочное*	3,00	3												
		Масло растительное*	3,00	3												
		Соль*	0,90	0,9												
		Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1												
Картофель отварной в молоке, с сыром					150	7	16,11	31,31	298,23	25,18	0,26	180,8	184,5	178,1	40,41	1,26
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №259																
		Картофель*	151,00	151												
		Масло сливочное*	2,00	2												
		Молоко цельное*	60,00	60												
		Соль*	0,50	0,5												
		Чеснок сушеный*	0,07	0,07												
		Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
		Сыр*	10,10	10												
Сок фруктовый разливной					200			21,56	88	9,8	0,06	23	15,6	6,1	0,3	
Лечебное питание детей в стационарах №1.15																
		Сок (разливной)*	200,00	200												
Хлеб пшеничный					40	3,04	0,32	19,44	92,8	0,04	8	26	5,6	0,4		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2																
		Хлеб пшеничный*	40,00	40												
Хлеб ржано-пшеничный					20	1,46	0,26	7,1	36,58	0,04	6,6	36,6	10,8	0,8		
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1																
		Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20												
Итого:					26,15	24,92	101,27	735,72	50,65	0,61	286,51	330,21	584,46	145,37	4,62	
6 день 76(руб)																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг					
<i>Обед</i>			675	205	2,98	4,9	9,6	94,42 <td>21,25</td> <td>0,07</td> <td>100,15</td> <td>28,09</td> <td>46,72</td> <td>19,02</td> <td>0,68</td>	21,25	0,07	100,15	28,09	46,72	19,02	0,68	
Суп из овощей, со сметаной																
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предпринятия общественного питания при образовательных школах, 2004 г. №135																
		Кефир*	25,00	25												
		Картофель*	40,00	40												
		Морковь*	8,00	8												
		Лук репчатый*	8,00	8												

Хлеб ржано-пшеничный		20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8	
Печенье галетное (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20											
Итого:			29,01	27,42	88,54	716,98		27,83	0,58	228,73	215,6	486,99	182,3	
9 день														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. квал	Витамины			Минералы, мг			
			710					С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			220	5,8	3,2	28,2	164,8	5,4	0,18	125,84	30,2	69,7	29,68	1,59
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139														
	Картофель*	12,00	12											
	Картофель*	36,00	36											
	Морковь*	8,00	8											
	Лук репчатый*	8,00	8											
	Масло растительное*	2,00	2											
	Соль*	0,30	0,3											
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20											
	Лавровый лист*	0,02	0,02											
	Укроп (сушеный)*	0,05	0,05											
	Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05											
Рыба, запеченная "Солнечико" (ШУ)			100	16,8	13,6	4,6	208	6,7	0,09	53	132,17	237,6	45,03	0,43
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №392														
	Минтай филе (фр.)*	82,00	82											
	Мука в/с*	6,00	6											
	Масло растительное*	2,00	2											
	Яйцо*	30,00	30											
	Молоко цельное*	15,00	15											
	Соль*	0,30	0,3											
Картофельное пюре			150	3,13	6,5	20,15	151,62	10,36	0,12	6,48	84,2	88,4	29,56	1,06
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №320														
	Картофель*	128,00	128											
	Молоко цельное*	24,00	24											
	Масло сливочное*	8,00	8											
	Соль*	0,30	0,3											
Сок фруктовый разливной			200			21,56	88	9,8	0,06		23	15,6	6,1	0,3
Печенье галетное для детей и подростков №11.16														
	Сок (разливной)*	200,00	200											
	Хлеб пшеничный		20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22
	Печенье галетное (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2		20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
	Печенье галетное (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1		20,00	20										
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20											
Итого:			28,72	23,72	91,33	695,44	32,26	0,51	185,32	280,17	480,9	123,57	4,4	
10 день														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. квал	Витамины			Минералы, мг			
			700					С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			220	4,75	6,95	25,62	184,03	13,19	0,1	273,04	169,6	86,36	29,2	0,92
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168														
	Морковь*	24,00	24											
	Картофель*	18,00	18											
	Лук репчатый*	8,00	8											
	Мука в/с*	4,00	4											
	Масло сливочное*	8,00	8											
	Молоко цельное*	30,00	30											
	Соль*	0,30	0,3											
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20											
	Лавровый лист*	0,02	0,02											
Наггетсы "Детские"			100	16,5	16,5	20,3	295,7	4	0,11	128	129	70,2	33,8	1,52
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №499														
	Наггетсы "Детские" (пром-ного пр-ва)*	110,00	110											
	Масло растительное*	2,50	2,5											
Макаронные отварные			150	6,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,11	10,3	42,7	7,6	0,77
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516														
	Макаронные изделия*	52,50	52,5											
	Масло сливочное*	12,00	12											
	Соль*	0,50	0,5											
Какао на цельном молоке (БС/10/3)			200	4,04	4,85	17,5	129,81	2,02	0,04	22,16	106	132	20,6	0,19
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693														
	Какао*	3,00	3											
	Молоко цельное*	65,00	65											
	Сахар*	10,00	10											
	Хлеб пшеничный		20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22
	Печенье галетное (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2		20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
	Печенье галетное (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1		20,00	20										
	Хлеб ржано-пшеничный*	20,00	20											
Итого:			33,48	37,82	113,64	928,86	15,21	0,38	469,24	425,7	380,86	101,8	4,42	

Главный технолог

Гольшова А.А.