

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор МАОУ СОШ № 4 г. Ишима
С.Н. Разнатовская
Директор МАОУ СОШ № 12 г. Ишима
С.В. Старикова
Директор МАОУ СОШ № 31 г. Ишима
В.Д. Олькин



Директор ООО «СИБ-НОВА»
А.Н. Гончаров

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ (завтрак 2 комплекс)

**для горячего питания обучающихся
МАОУ СОШ № 4 г. Ишима,
МАОУ СОШ № 12 г. Ишима,
МАОУ СОШ № 31 г. Ишима
под стоимость 107р. 70к. ежедневно**

с 10 февраля 2025 года

20 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Рыба, запеченная с луком			100	9,8	4,6	5,5	189	72,50
№378	филе минтая с/м	154	108					
2004г.	мука пшеничная	5,4	5,4					
	масло растительное	5,4	5,4					
<i>масса запечёной рыбы</i>			90					
	лук репчатый	23,8	20					
Рис припущенный			180	4,25	7,25	38,88	237,78	21,74
№415	крупа рисовая	63	63					
2013г.	вода питьевая	133	133					
	масло сливочное	5	5					
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,2	59	4,92
№494	чай	2	2					
2013г.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
	лимон	6	5					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2	0,3	12,3	60,1	3,40
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			50	4,15	0,6	23,9	120	5,14
ИТОГО				20,3	12,75	95,78	665,88	107,70

Повар-бригадир

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Котлеты из мяса и курицы "Школьные"			100	11,3	9,8	41,9	181	54,87
ТТК	свинина мясная	63	53					
	филе куриное пром. пр-	16	15					
	крупа рисовая	5	5					
	молоко питьевое	15	15					
	лук репчатый	5	4					
	яичный порошок	2,52	2,52					
	мука пшеничная	6	6					
	масло растительное для смазки л	2	2					
Картофель тушёный			180	3,7	3,6	29,7	166	17,62
ТТК	картофель 01.09-31.10-	204	153					
	01.11-31.12-30%	218	153					
	01.01-29.02-35%	235	153					
	01.03-40%	255	153					
	морковь до 01.01.-20%	48	38					
	с 01.01.-25%	50	38					
	лук репчатый	24	20					
	масло растительное	6	6					
Джем в индивид.упаковке			18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
Компотик тёплый из свежих ягод			200	0,5	0,2	23,1	96,2	21,57
№507	вишня с/м	42,2	40					
2013а.	сахар	20	20					
	вода питьевая	162	162					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			34	4,15	0,6	23,9	120	3,49
ИТОГО			27,95	18,6	115,8	745,3	107,70	

Повар-бригадир



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Тефтели с рисом "Ежики" в соусе			90/30	10,5	8,1	12,1	164	62,45
№390 свинина мясная	82	72						
2013г. лук репчатый	21,4	18						
вода питьевая	5,4	5,4						
крупа рисовая	11	11						
<i>масса готовой каши</i>		<i>30,5</i>						
мука пшеничная	9	9						
масло растительное	7,2	7,2						
№434 соус		30						
2013г. вода питьевая	15	15						
масло сливочное	1,5	1,5						
мука пшеничная	1,5	1,5						
томатная паста	1,8	1,8						
<i>масса п/ф</i>		<i>140</i>						
Макаронные изделия отварные			180	6,79	0,81	34,85	173,88	18,83
№291 макаронные изделия	61	61						
2013г. масло сливочное	8	8						
Компотик тёплый из свежих яблок и ягод			200	0,5	0,2	23,1	96,2	15,03
№507 яблоки свежие	34,2	30						
2013г. вишня с/м	10,5	10						
сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			60	2,5	0,4	14,3	72	6,28
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	2	0,3	12,3	60,1	5,11
ИТОГО				22,29	9,81	96,65	566,18	107,70

Повар-бригадир



17 ДЕНЬ

Утверждаю:

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл.-г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, с молоком сгущённым			150/10	28,6	14	39,2	397,8	98,09
№313	творог	131	130					
2013г.	крупа манная	10	10					
	яичный порошок	1	1					
	сахар	9	9					
	ванилин	0,001	0,001					
	сметана	4	4					
	сухари пшеничные	4	4					
	масло сливочное	4	4					
	масло растительное	3	6					
	молоко сгущенное с сахаром	10	10					
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,32
№493	чай	2	2					
2013г.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	1,98	0,36	10,2	54,3	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			35	2,58	0,41	16,73	79,9	3,74
ИТОГО				33,26	14,77	81,13	592	107,70

Повар-бригадир



16 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г		
ЗАВТРАК								
Плов из мяса по-узбекски			200	16,3	18,2	35	369	77,28
№444 свинина мясная	90	80						
2004г. масса тушёного мяса		50						
масло растительное	15	15						
крупа рисовая	50	50						
томатная паста	1,2	1,2						
морковь до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01.-25%	53	40						
лук репчатый	15	13						
Джем в индивид.упаковке			18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
Компотик теплый из свежих плодов			200	0,5	0,2	23,1	96	13,05
№507 яблоки свежие	45,6	40						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2	0,3	12,3	60,1	3,40
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			53	2,5	0,4	14,3	80	5,52
ИТОГО				27,6	23,2	99,6	727,1	107,70

Повар-бригадир



15 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы) №101 2004г.								
огурцы конс. без уксуса	71	60	60	0,9	0,1	1,6	10,8	15,96
Картофельная запеканка с мясом								
№377 картофель 01.09-31.10-25%	273	205	210/5	14,8	12,8	20,5	256	69,21
2013г. 01.11-31.12-30%	292	205						
01.01-29.02-35%	315	205						
01.03-40%	341	205						
свинина мясная	56	47,4						
масло растительное	4	4						
лук репчатый	21	18						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток с молоком								
№692 кофейный напиток	4	4	200	3,2	3,1	19	116,7	21,38
2004г. сахар	15	15						
молоко питьевое	130	130						
вода питьевая	70	70						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.								
			20	2	0,3	12,3	60,1	1,15
ИТОГО				20,9	16,3	53,4	443,6	107,70

Повар-бригадир



14 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

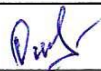
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал.	
ЗАВТРАК								
Котлета или биточки рыбные запечённые			100	10,33	9,25	12,92	176,25	55,77
№388	филе минтая с/м	116	83					
2004а.	хлеб пшеничный	30	30					
	вода питьевая	26	26					
	лук репчатый	8	6					
	яичный порошок	1,12	1,12					
	сухари панировочные	10	10					
	масло растительное	4	4					
Рис припущенный, с овощами "Мозаика"			180	3,24	6,96	37,92	227,28	32,93
ГТК	крупа рисовая	47	47					
	кукуруза консервирован	50	30					
	морковь до 01.01.-20%	26	21					
	с 01.01.-25%	28	21					
	масло сливочное	4	4					
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусый заряд"			200	0,2	0	15,5	62,8	11,80
№686	чай	2	2					
2004а.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
	лимон	11	10					
	апельсин	22,5	20					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			30	2	0,3	12,3	60,1	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			45	4,15	0,6	23,9	120	4,65
ИТОГО			19,92	17,11	102,54	646,43	107,70	

Повар-бригадир



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Азу			100	13,3	12,7	4	184	66,92
№325	свинина мясная	88	78					
2021г.	масса отварного мяса		48					
	огурцы солёные	14	8					
	лук репчатый	19	16					
	томатная паста	2,8	2,8					
	масло растительное	4	4					
	мука пшеничная	4	4					
	чеснок	3	2,5					
	масса соуса и овощей		77					
	масса п/ф		125					
Каша перловая рассыпчатая			180	5,4	5,9	37,4	223,2	13,46
№242	крупа перловая	60	60					
2013а.	вода питьевая	144	144					
	масло сливочное	6	6					
Сок в ассортименте			200	0	0	20	80	22,95
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			25	2,5	0,4	14,3	72	2,67
ИТОГО			23,2	19,3	88	619,3	107,70	

Повар-бригадир



12 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)			240	6	1,4	41,2	201,4	49,67
№269 крупа пшeнная	50	50						
2004г. молоко питьевое	150	150						
масса каши		196						
сироп		36						
сахар	6	6						
вода питьевая	30	30						
яблоки свежие	32	28						
масса припущенных яблок		19						
масло сливочное	10	10						
масса п/ф		250						
Сыр полутвeрдый или твeрдый (порциями)			20	3,5	4,4	0	53,2	26,09
№100 2013г. сыр	21	20						
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,32
№493 чай	2	2						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
Сок в ассортименте			200	0	0	20	80	22,95
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			38	5	0,8	28,6	144	3,97
ИТОГО				16,6	6,9	117,1	598,7	107,70

Повар-бригадир



11 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г		
ЗАВТРАК								
Биточки рубленные из птицы запеченые			100	11,4	15,2	11,2	227,2	54,50
ТТК	филе куриное пром. пр-	71	67					
	хлеб пшеничный	19	19					
	лук репчатый	11	9					
	молоко питьевое	20	20					
	яичный порошок	1,82	1,82					
	мука пшеничная	6	6					
	масло растительное	2	2					
Каша гречневая рассыпчатая			180	10,26	9,41	44,5	303,66	16,43
№237	крупа гречневая	85	85					
2013а.	вода питьевая	108	108					
	масло сливочное	6	6					
Джем в индивид.упаковке			18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	2,55
№493	чай	1	1					
2013а.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0,5	0	22,4	92	22,95
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			27	3,8	0,4	24,6	117,5	2,82
ИТОГО				32,36	29,11	132,6	922,36	107,70

Повар-бригадир



10 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г		
ЗАВТРАК								
Овощи конс. без уксуса (огурцы) №101 2004г.			60	0,9	0,1	1,6	10,8	15,96
огурцы конс. без уксуса	71	60						
Чахохбили			100	15,6	15,2	12	254	65,69
№491 филе куриной грудки	86	73						
2004г. масло растительное	8	8						
масса тушёных кур		50						
лук репчатый	75	63						
масса пассерованного лука		31						
томатная паста	2	2						
мука пшеничная	1	1						
Макаронные изделия отварные			180	6,79	0,81	34,85	173,88	15,44
№516 макаронные изделия	61	61						
2004г. масло сливочное	6	6						
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,2	59	4,15
№494 чай	1	1						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
лимон	6	5						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			45	4,15	0,6	23,9	120	4,76
ИТОГО				28,64	16,91	98,25	666,98	107,70

Повар-бригадир



9 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Запеканка из творога, с молоком сгущёным			150/10	28,6	14	39,2	397,8	98,09
№313	творог	131	130					
2013а.	крупа манная	10	10					
	яичный порошок	1	1					
	сахар	9	9					
	ванилин	0,001	0,001					
	сметана	4	4					
	сухари пшеничные	4	4					
	масло сливочное	4	4					
	масло растительное	3	6					
	молоко сгущеное с саха	10	10					
Чай с сахаром			200	0,1	0	15	60	3,32
№493	чай	2	2					
2013а.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013а.			30	1,98	0,36	10,2	54,3	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013а.			35	2,58	0,41	16,73	79,9	3,74
ИТОГО				33,26	14,77	81,13	592	107,70

Повар-бригадир

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Котлета мясная			100	17,85	25,75	14,38	360,8	69,57
№451	свинина мясная	96	83					
2004г.	хлеб пшеничный витам	18	18					
	молоко питьевое	14	14					
	лук репчатый	5,3	4,5					
	яичный порошок	1,2	1,2					
	сухари пшеничные	6	6					
	масло растительное	2	2					
Капуста тушёная			180	4,6	8,3	19,4	169	20,93
№534	капуста белокоч. свеж.	258	206					
2004г.	морковь до 01.01.-20%	13,5	11					
	с 01.01.-25%	15	11					
	томатная паста	1,8	1,8					
	лук репчатый	10	8					
	мука пшеничная	2	2					
	масло растительное	7	7					
Напиток из плодов шиповника			200	0,7	0,3	22,8	97	12,14
№519	шиповник	25	25					
2013г.	сахар	10	10					
	вода питьевая	230	230					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			32	4,15	0,6	23,9	120	3,36
ИТОГО				29,3	35,25	92,78	806,9	107,70

Повар-бригадир



7 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Запеканка картофельная с печенью			230	18,5	9,8	22,8	253,1	55,12
№354	печень говяжья	65	53					
2021г.	масса печени припущенной		45					
	картофель 01.09-31.10.	287	216					
	01.11-31.12-30%	309	216					
	01.01-29.02-35%	333	216					
	01.03-40%	361	216					
	лук репчатый	10,5	8,8					
	сухари панировочные	5	5					
	масло сливочное	4	4					
	масло растительное для смазки ли	2	2					
	масса п/ф		285					
Сыр полутвёрдый или твёрдый (порциями)			20	3,5	4,4	0	53,2	26,09
№100 2013г.	сыр	21	20					
Компотик тёплый из свежих ягод			200	0,5	0,2	23,1	96,2	21,57
№507	вишня с/м	42,2	40					
2013г.	сахар	20	20					
	вода питьевая	162	162					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			30	4,15	0,6	23,9	120	3,22
ИТОГО				28,65	15,3	82,1	582,6	107,70

Повар-бригадир



6 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Плов из мяса по-узбекски			200	16,3	18,2	35	369	77,28
№444 свинина мясная	90	80						
2004г. масса тушёного мяса		50						
масло растительное	15	15						
крупа рисовая	50	50						
томатная паста	1,2	1,2						
морковь до 01.01.-20%	50	40						
с 01.01.-25%	53	40						
лук репчатый	15	13						
Джем в индивид.упаковке			18	6,3	4,1	14,9	122	8,45
Компотик тёплый из свежих яблок и ягод			200	0,5	0,2	23,1	96,2	15,03
№507 яблоки свежие	34,2	30						
2013г. вишня с/м	10,5	10						
сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	2	0,3	12,3	60,1	2,55
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			42	4,15	0,6	23,9	120	4,39
ИТОГО			29,25	23,4	109,2	767,3	107,70	

Повар-бригадир



5 ДЕНЬ

Утверждаю:

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г		
ЗАВТРАК								
Биточки рубленные из птицы запеченые			100	11,4	15,2	11,2	227,2	54,5
ТТК	филе куриное пром. пр-	71	67					
	хлеб пшеничный	19	19					
	лук репчатый	11	9					
	молоко питьевое	20	20					
	яичный порошок	1,82	1,82					
	мука пшеничная	6	6					
	масло растительное	2	2					
Картофельное пюре			180	4	5,3	28,2	176	26,47
№520	картофель 01.09-31.10-25%	205	154					
2013г.	01.11-31.12-30%	220	154					
	01.01-29.02-35%	237	154					
	01.03-40%	257	154					
	молоко питьевое	28,8	28,8					
	масло сливочное	6	6					
Сок в индивидуальной упаковке			200	0	0	20	80	22,95
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			20	4,15	0,6	23,9	120	2,08
ИТОГО				21,55	21,4	95,6	663,3	107,70

Повар-бригадир



4 ДЕНЬ

Утверждаю

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Рыба, запеченная с луком								
№378	154	108	100	9,8	4,6	5,5	189	72,5
2004г.	5,4	5,4						
	5,4	5,4						
масса запечёной рыбы		90						
	23,8	20						
Рис припущенный			180	4,25	7,25	38,88	237,78	21,74
№415	63	63						
2013г.	133	133						
	5	5						
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,2	59	4,15
№494	1	1						
2013г.	200	200						
	15	15						
	6	5						
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			55	2,5	0,4	14,3	72	5,91
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	2	0,3	12,3	60,1	3,40
ИТОГО				18,65	12,55	86,18	617,88	107,70

Повар-бригадир



3 ДЕНЬ

Утверждаю:

В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			ЭЦ, ккал	Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г		
ЗАВТРАК								
Котлета мясная			100	17,85	25,75	14,38	360,8	69,57
№451 свинина мясная	96	83						
2004г. хлеб пшеничный витам	18	18						
молоко питьевое	14	14						
лук репчатый	5,3	4,5						
яичный порошок	1,2	1,2						
сухари пшеничные	6	6						
масло растительное	2	2						
Каша гречневая рассыпчатая			180	5,4	8	26,8	201	16,43
№237 крупа гречневая	83	83						
2013г. вода питьевая	122	122						
масло сливочное	6	6						
Компотик тёплый из свежих яблок и ягод			200	0,5	0,2	23,1	96,2	15,03
№507 яблоки свежие	34,2	30						
2013г. вишня с/м	10,5	10						
сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			47	4,15	0,6	23,9	120	4,97
ИТОГО				6,15	0,9	36,2	180,1	107,70

Повар-бригадир



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Печень говяжья по-строгановски			100	19,5	9,4	7,6	193	68,67
№356	печень говяжья	151	125					
2021г.	масса печени припущенной		85					
	масло растительное	5	5					
№408	Соус		40					
2021г.	вода питьевая	32	32					
	сметана	10	10					
	масло сливочное	1	1					
	мука пшеничная	1	1					
	масса п/ф		125					
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста тушёная)			180	4,1	8,1	21	173,7	31,93
Картофельное пюре			100	2,2	3,3	14,8	97,71	
№429	картофель 01.09-31.10-25%	114	86					
2013г.	01.11-31.12-30%	123	86					
	01.01-29.02-35%	132	86					
	01.03-40%	144	86					
	молоко питьевое	16	16					
	масло сливочное	7	7					
Капуста тушёная			80	1,9	4,8	6,2	76	
№423	капуста белокоч. свеж.	120	96					
2013г.	морковь до 01.01.-20%	7,5	6					
	с 01.01.-25%	8	6					
	томатная паста	2,4	2,4					
	лук репчатый	3,6	3					
	мука пшеничная	2,4	2,4					
	масло растительное	5	5					
	сахар	1	1					
Чай с сахаром			200	0,2	0	15	60,8	3,32
№685	чай	2	2					
2004г.	вода питьевая	200	200					
	сахар	15	15					
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	4,15	0,6	23,9	120	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	2,08
ИТОГО				34,05	26,5	100,8	781,31	107,70

Повар-бригадир

1 ДЕНЬ

Утверждаю:  В.Д. Олькин

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Масло сливочное порциями			10	0,07	12,38	0,12	112,2	16,99
масло сливочное	10	10						
Макаронные изделия запечённые, с сыром			210	10,8	12,34	42,6	337	56,43
№334 макаронные изделия	63	63						
2004г. масса отварных макарон		180						
масло сливочное	3	3						
сыр твердый	26	25						
масло сливочное	8	8						
Чай с лимоном			200/5	0,1	0	15,2	59	4,15
№494 чай	1	1						
2013г. вода питьевая	200	200						
сахар	15	15						
лимон	6	5						
Йогуртный продукт в инд.упаковке (Пудинг)			100	1,9	3,2	16,6	100	24,73
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	2	0,3	12,3	60,1	1,70
Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.			35	4,15	0,6	23,9	120	3,70
ИТОГО				19,02	28,82	110,72	788,3	107,70

Повар-бригадир 