

## ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

**ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ,ОБЕДЫ** для детей с 7 до 11 лет (сезон осень,зима,весна)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную ведомость, аннотацию, таблицу по соли и специям.

### 1 день

| Наименование блюда            | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|-------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                               |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Завтрак                       |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Бутерброд с маслом            |           |          | 17/5              | 1,48     | 6,17    | 9,13   | 98,44    | №1-2014         |
| хлеб пшеничный                | 17,00     | 17,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| масло сливочное 72.5 %        | 5,00      | 5,00     |                   |          |         |        |          |                 |
| или                           |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Бутерброд с джемом            |           |          | 17/15             | 1,30     | 0,20    | 9,20   | 44,40    | №2-2011         |
| хлеб пшеничный                | 17,00     | 17,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| джем                          | 15,00     | 15,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| Каша жидкая молочная рисовая  |           |          | 200               | 2,61     | 9,90    | 28,23  | 180,00   | №182-2011       |
| крупа рисовая                 | 25,00     | 25,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| вода                          | 89,00     | 89,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| молоко питьевое 2,5% жирности | 98,00     | 98,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| сахар песок                   | 5,00      | 5,00     |                   |          |         |        |          |                 |

|                                                      |        |               |                  |              |             |              |               |                   |
|------------------------------------------------------|--------|---------------|------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| <i>масса каши</i>                                    |        | 200,00        |                  |              |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72.5 %                               | 3,00   | 3,00          |                  |              |             |              |               |                   |
| <b>Запеканка творожная со сгущенным молоком</b>      |        |               | <b>100/20</b>    | <b>14,79</b> | <b>4,36</b> | <b>20,86</b> | <b>227,45</b> | <b>№219-2011</b>  |
| творог                                               | 101,0  | 100,00        |                  |              |             |              |               |                   |
| яйцо куриное                                         | 3,33   | 3,33          |                  |              |             |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                                   | 5,33   | 5,33          |                  |              |             |              |               |                   |
| крупа манная                                         | 5,33   | 5,33          |                  |              |             |              |               |                   |
| сахар песок                                          | 8,00   | 8,00          |                  |              |             |              |               |                   |
| <b>масса полуфабриката</b>                           |        | <b>121,99</b> |                  |              |             |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                                   | 2,53   | 2,53          |                  |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                                   | 1,00   | 1,00          |                  |              |             |              |               |                   |
| молоко сгущенное с сахаром 8,5%                      | 20,00  | 20,00         |                  |              |             |              |               |                   |
| или                                                  |        |               |                  |              |             |              |               |                   |
| <b>Сырники творожные со сгущенным молоком</b>        | 116,00 | <b>116,00</b> | <b>100 /20</b>   | <b>14,79</b> | <b>4,36</b> | <b>20,86</b> | <b>227,45</b> |                   |
| <b>Чай с лимоном</b>                                 |        |               | <b>200/2</b>     | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b> | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>№ 377-2011</b> |
| чай заварка                                          | 1,50   | 1,50          |                  |              |             |              |               |                   |
| лимон                                                | 2,28   | 2,00          |                  |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                        | 200,00 | 200,00        |                  |              |             |              |               |                   |
| сахар песок                                          | 9,00   | 9,00          |                  |              |             |              |               |                   |
| или                                                  |        |               |                  |              |             |              |               |                   |
| <b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b> |        |               | <b>200/20/10</b> | <b>0,2</b>   | <b>0,0</b>  | <b>15,5</b>  | <b>62,8</b>   | <b>№686-2004</b>  |
| чай-заварка                                          | 1,5    | 1,5           |                  |              |             |              |               |                   |

|                                                                        |       |              |               |              |              |              |               |                     |
|------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| сахар                                                                  | 9,00  | 9,00         |               |              |              |              |               |                     |
| лимон                                                                  | 11,4  | 10           |               |              |              |              |               |                     |
| апельсин                                                               | 22,8  | 20           |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b> |       |              | <b>25</b>     | <b>1,12</b>  | <b>0,22</b>  | <b>11,58</b> | <b>55,25</b>  |                     |
| <b>ИТОГО:</b>                                                          |       |              |               | <b>20,20</b> | <b>20,65</b> | <b>79,78</b> | <b>601,12</b> |                     |
| <b>Нарезка из свежих огурцов с маслом</b>                              |       |              | <b>60</b>     | <b>0,42</b>  | <b>3,05</b>  | <b>1,14</b>  | <b>47,46</b>  | <b>№ 14/1-2011</b>  |
| огурцы свежие грунтовые                                                | 60,90 | 58,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или огурцы свежие парниковые                                           | 60,90 | 58,00        |               |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                     | 3,00  | 3,00         |               |              |              |              |               |                     |
| соль йодированная                                                      | 0,85  | 0,85         |               |              |              |              |               |                     |
| зелень свежая                                                          | 0,68  | 0,50         |               |              |              |              |               |                     |
| или                                                                    |       |              |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Салат из моркови с сыром</b>                                        |       |              | <b>60</b>     | <b>1,15</b>  | <b>2,08</b>  | <b>6,69</b>  | <b>53,69</b>  | <b>( № 10-2001)</b> |
| морковь - до 01.01 - 20%                                               | 70,85 | 56,68        |               |              |              |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                                                          | 75,38 | 56,68        |               |              |              |              |               |                     |
| <b>масса отварной моркови</b>                                          |       | <b>50,00</b> |               |              |              |              |               |                     |
| сыр                                                                    | 8,08  | 8,00         |               |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                     | 2,00  | 2,00         |               |              |              |              |               |                     |
| зелень свежая                                                          | 0,81  | 0,60         |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Суп овощной с мясом и сухариками</b>                                |       |              | <b>250/10</b> | <b>1,98</b>  | <b>7,23</b>  | <b>18,43</b> | <b>167,75</b> | <b>99-2011</b>      |
| говядина гуляш                                                         | 16,8  | 16,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или курица -тушка                                                      | 15,95 | 14,50        |               |              |              |              |               |                     |

|                                              |        |           |            |              |              |              |               |                   |
|----------------------------------------------|--------|-----------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| <b>масса готового мяса</b>                   |        | <b>10</b> |            |              |              |              |               |                   |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%               | 66,50  | 50,00     |            |              |              |              |               |                   |
| 01.11.-31.12. -30%                           | 71,50  | 50,00     |            |              |              |              |               |                   |
| 01.01-29.02 - 35%                            | 77,00  | 50,00     |            |              |              |              |               |                   |
| 01.03 - 40%                                  | 83,50  | 50,00     |            |              |              |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                        | 25,00  | 20,00     |            |              |              |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                | 26,60  | 20,00     |            |              |              |              |               |                   |
| лук репчатый                                 | 11,90  | 10,00     |            |              |              |              |               |                   |
| зеленный горошек консервированный            | 11,55  | 7,50      |            |              |              |              |               |                   |
| лавровый лист                                | 0,01   | 0,01      |            |              |              |              |               |                   |
| капуста б/к                                  | 25,00  | 20,00     |            |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                           | 3,00   | 3,00      |            |              |              |              |               |                   |
| соль йодированная                            | 1,50   | 1,50      |            |              |              |              |               |                   |
| вода                                         | 188,00 | 188,00    |            |              |              |              |               |                   |
| хлеб пшеничный витаминизированный            | 16,00  | 10,00     |            |              |              |              |               |                   |
| <b>Филе рыбы "Морской замок"</b>             |        | <b>90</b> | <b>90</b>  | <b>18,69</b> | <b>11,27</b> | <b>8,73</b>  | <b>171,43</b> | <b>337-2004</b>   |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)       | 145,80 | 108,00    |            |              |              |              |               |                   |
| или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей) | 134,55 | 103,50    |            |              |              |              |               |                   |
| <b>масса готовой рыбы</b>                    |        | <b>90</b> |            |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                           | 6,00   | 6,0       |            |              |              |              |               |                   |
| соль йодированная                            | 0,80   | 0,80      |            |              |              |              |               |                   |
| <b>Пюре картофельное</b>                     |        |           | <b>150</b> | <b>3,25</b>  | <b>4,70</b>  | <b>22,01</b> | <b>143,76</b> | <b>№ 312-2011</b> |

|                                                                       |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%                                        | 170,24    | 128,00   |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.11.-31.12. -43%                                                    | 183,04    | 128,00   |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.01-29.02 - 54%                                                     | 195,84    | 128,00   |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.03 - 67%                                                           | 213,76    | 128,00   |                   |          |         |        |          |                 |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                         | 23,63     | 22,50    |                   |          |         |        |          |                 |
| масло сливочное 72.5 %                                                | 5,00      | 5,00     |                   |          |         |        |          |                 |
| Компот из ягодной смеси                                               |           |          | 200               | 0,78     | 0,01    | 13,68  | 55,88    | 357-2002        |
| ягодная смесь "Рябинка"                                               | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или ягодная смесь "Я Вишенка"                                         | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или ягодно-яблочная смесь                                             | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| сахар песок                                                           | 10,00     | 10,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |           |          | 50                | 1,79     | 0,29    | 23,50  | 103,29   |                 |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |           |          | 50                | 1,97     | 0,50    | 24,40  | 97,00    |                 |
| ИТОГО:                                                                |           |          |                   | 28,10    | 27,05   | 111,89 | 786,57   |                 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |           |          |                   | 48,30    | 47,70   | 191,67 | 1387,69  |                 |
| 2 день                                                                |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Наименование блюда                                                    | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |                 |
|                                                                       |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | Номер рецептуры |
| Завтрак                                                               |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Нарезка из отварной свеклы с сыром                                    |           |          | 60                | 0,66     | 5,20    | 9,40   | 40,05    | № 10-2001       |

|                                                         |       |       |              |              |             |             |               |                     |
|---------------------------------------------------------|-------|-------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------------|
| свекла - до 01.01 - 25%                                 | 70,85 | 56,68 |              |              |             |             |               |                     |
| с 01.01 - 33%                                           | 75,38 | 56,68 |              |              |             |             |               |                     |
| масса отварной свеклы                                   |       | 52,00 |              |              |             |             |               |                     |
| сыр сулугуни                                            | 6,06  | 6,00  |              |              |             |             |               |                     |
| масло растительное                                      | 2,00  | 2,00  |              |              |             |             |               |                     |
| зелень свежая                                           | 0,68  | 0,50  |              |              |             |             |               |                     |
| ИЛИ                                                     |       |       |              |              |             |             |               |                     |
| <b>Нарезка из свежих помидор с маслом</b>               |       |       | <b>60</b>    | <b>0,68</b>  | <b>3,50</b> | <b>3,90</b> | <b>50,50</b>  | <b>№ 15/1-2011</b>  |
| помидоры свежие грунтовые                               | 60,90 | 58,00 |              |              |             |             |               |                     |
| или помидоры свежие парниковые                          | 60,90 | 58,00 |              |              |             |             |               |                     |
| масло растительное                                      | 4,00  | 4,00  |              |              |             |             |               |                     |
| зелень свежая                                           | 0,68  | 0,50  |              |              |             |             |               |                     |
| <b>Котлета по-хлыновски с соусом сметанно- томатным</b> |       |       | <b>90/30</b> | <b>12,05</b> | <b>8,62</b> | <b>9,88</b> | <b>164,50</b> | <b>№ 316а -2006</b> |
| филе куриное                                            | 82,35 | 61,00 |              |              |             |             |               |                     |
| фарш говяжий                                            | 13,26 | 13,00 |              |              |             |             |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%                          | 22,61 | 17,00 |              |              |             |             |               |                     |
| 01.11.-31.12. -43%                                      | 24,31 | 17,00 |              |              |             |             |               |                     |
| 01.01-29.02 - 54%                                       | 26,18 | 17,00 |              |              |             |             |               |                     |
| 01.03 - 67%                                             | 28,39 | 17,00 |              |              |             |             |               |                     |
| лук репчатый                                            | 10,71 | 9,00  |              |              |             |             |               |                     |
| яйцо куриное                                            | 3,00  | 3,00  |              |              |             |             |               |                     |
| соль йодированная                                       | 0,60  | 0,60  |              |              |             |             |               |                     |

|                                              |        |        |            |              |             |              |               |                   |
|----------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| масса полуфабриката                          |        | 108,00 |            |              |             |              |               |                   |
| сухарь панировочный                          | 5,00   | 5,00   |            |              |             |              |               |                   |
| масса полуфабриката                          |        | 96,00  |            |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                           | 0,70   | 0,70   |            |              |             |              |               |                   |
| или                                          |        |        |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Тефтели рыбные</b>                        |        |        | <b>90</b>  | <b>11,00</b> | <b>8,04</b> | <b>17,80</b> | <b>190,30</b> | <b>№593 -2006</b> |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)       | 120,00 | 80,00  |            |              |             |              |               |                   |
| или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей) | 128,00 | 80,00  |            |              |             |              |               |                   |
| лук репчатый                                 | 17,85  | 15,00  |            |              |             |              |               |                   |
| соль йодированная                            | 1,00   | 1,00   |            |              |             |              |               |                   |
| хлеб пшеничный                               | 12,00  | 12,00  |            |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                | 10,00  | 10,00  |            |              |             |              |               |                   |
| Мука пшеничная                               | 6,00   | 6,00   |            |              |             |              |               |                   |
| яйцо куриное                                 | 5,00   | 5,00   |            |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                           | 5,00   | 5,00   |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Соус сметанно- томатный</b>               |        |        | <b>30</b>  |              |             |              |               | <b>№ 601-2004</b> |
| сметана                                      | 4,50   | 4,50   |            |              |             |              |               |                   |
| паста томатная                               | 3,00   | 3,00   |            |              |             |              |               |                   |
| мука пшеничная                               | 1,50   | 1,50   |            |              |             |              |               |                   |
| вода                                         | 25,50  | 25,50  |            |              |             |              |               |                   |
| соль йодированная                            | 0,20   | 0,20   |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Пюре картофельное</b>                     |        |        | <b>150</b> | <b>3,25</b>  | <b>4,70</b> | <b>22,01</b> | <b>143,76</b> | <b>№ 312-2011</b> |

|                                                                              |        |        |            |              |             |              |               |                   |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%                                               | 170,24 | 128,00 |            |              |             |              |               |                   |
| 01.11.-31.12. -43%                                                           | 183,04 | 128,00 |            |              |             |              |               |                   |
| 01.01-29.02 - 54%                                                            | 195,84 | 128,00 |            |              |             |              |               |                   |
| 01.03 - 67%                                                                  | 213,76 | 128,00 |            |              |             |              |               |                   |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 23,63  | 22,50  |            |              |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 5,00   | 5,00   |            |              |             |              |               |                   |
| ИЛИ                                                                          |        |        |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Гречка рассыпчатая</b>                                                    |        |        | <b>150</b> | <b>4,00</b>  | <b>5,28</b> | <b>28,62</b> | <b>187,05</b> | <b>№ 67-2011</b>  |
| крупa гречневая                                                              | 50,00  | 50,00  |            |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 106,50 | 106,50 |            |              |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 4,00   | 4,00   |            |              |             |              |               |                   |
| соль йодированная                                                            | 1,50   | 1,50   |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Компот из сухофруктов +Витамин С</b>                                      |        |        | <b>200</b> | <b>0,60</b>  | <b>0,08</b> | <b>21,52</b> | <b>90,70</b>  | <b>№ 350-2011</b> |
| сухофрукты                                                                   | 19,00  | 19,00  |            |              |             |              |               |                   |
| сахар песок                                                                  | 9,00   | 9,00   |            |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 185,00 | 185,00 |            |              |             |              |               |                   |
| ИЛИ                                                                          |        |        |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Напиток Витаминизированный "Витошка"</b>                                  |        |        | <b>200</b> | <b>12,04</b> | <b>5,56</b> | <b>1,36</b>  | <b>88,80</b>  |                   |
| Смесь сухая с витаминами, железом и<br>прибиотиком                           | 20,00  | 20,00  |            |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 180,00 | 180,00 |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>20</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b> | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                   |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>30</b>  | <b>1,97</b>  | <b>0,25</b> | <b>13,28</b> | <b>90,00</b>  |                   |

|                                                |       |              |               |              |              |              |               |                     |
|------------------------------------------------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>ИТОГО:</b>                                  |       |              |               | <b>19,23</b> | <b>18,95</b> | <b>85,49</b> | <b>578,86</b> |                     |
| <b>Обед</b>                                    |       |              |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Кукуруза консервированная</b>               |       |              | <b>60</b>     | <b>2,59</b>  | <b>0,39</b>  | <b>13,99</b> | <b>69,99</b>  | <b>2011,00</b>      |
| кукуруза консервированная                      | 99,00 | 60,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или                                            |       |              |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Салат из белокочанной капусты с зеленью</b> |       |              | <b>60</b>     | <b>1,28</b>  | <b>3,11</b>  | <b>8,96</b>  | <b>72,75</b>  | <b>( № 80-2013)</b> |
| капуста б/кочанная                             | 72,50 | 58,00        |               |              |              |              |               |                     |
| кислота лимонная                               | 0,20  | 0,20         |               |              |              |              |               |                     |
| соль                                           | 0,80  | 0,80         |               |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                    | 1,00  | 1,00         |               |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                             | 3,00  | 3,00         |               |              |              |              |               |                     |
| вода                                           | 2,00  | 2,00         |               |              |              |              |               |                     |
| зелень свежая                                  | 2,03  | 1,50         |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Суп-лапша с мясом</b>                       |       |              | <b>220/15</b> | <b>3,81</b>  | <b>7,28</b>  | <b>14,66</b> | <b>132,00</b> | <b>217-2006</b>     |
| говядина 1 категории                           | 25,20 | 24,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или свинина нежирная                           | 22,05 | 21,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или курица-тушка                               | 23,93 | 21,75        |               |              |              |              |               |                     |
| <b>масса отварного мяса</b>                    |       | <b>15,00</b> |               |              |              |              |               |                     |
| макаронные изделия                             | 8,00  | 8,00         |               |              |              |              |               |                     |
| морковь до 01.01.-20%                          | 15,00 | 12,00        |               |              |              |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                                  | 15,96 | 12,00        |               |              |              |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                 | 63,84 | 48,00        |               |              |              |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                             | 68,64 | 48,00        |               |              |              |              |               |                     |

|                                                |        |              |            |              |             |              |               |                   |
|------------------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| 01.01-29.02 - 35%                              | 73,92  | 48,00        |            |              |             |              |               |                   |
| 01.03. - 40%                                   | 80,16  | 48,00        |            |              |             |              |               |                   |
| лук репчатый                                   | 7,62   | 6,40         |            |              |             |              |               |                   |
| лавровый лист                                  | 0,01   | 0,01         |            |              |             |              |               |                   |
| масло сливочное                                | 10,00  | 10,00        |            |              |             |              |               |                   |
| или масло растительное                         | 5,00   | 5,00         |            |              |             |              |               |                   |
| соль                                           | 1,20   | 1,20         |            |              |             |              |               |                   |
| вода                                           | 152,00 | 152,00       |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Плов с мясом</b>                            |        |              | <b>200</b> | <b>18,40</b> | <b>18,0</b> | <b>45,63</b> | <b>383,33</b> | <b>№ 403-1996</b> |
| говядина 1 категории                           | 67,20  | 64,00        |            |              |             |              |               |                   |
| или свинина нежирная                           | 58,80  | 56,00        |            |              |             |              |               |                   |
| или филе куриное                               | 53,68  | 48,80        |            |              |             |              |               |                   |
| <i>масса тушеного мяса</i>                     |        | <i>40,00</i> |            |              |             |              |               |                   |
| крупа рис пропаренный                          | 56,67  | 56,67        |            |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                  | 122,22 | 122,22       |            |              |             |              |               |                   |
| соль йодированная                              | 1,67   | 1,67         |            |              |             |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                          | 30,00  | 24,00        |            |              |             |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                  | 31,92  | 24,00        |            |              |             |              |               |                   |
| лук репчатый                                   | 13,22  | 11,11        |            |              |             |              |               |                   |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 5,00   | 5,00         |            |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                             | 5,00   | 5,00         |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Отвар из шиповника</b>                      |        |              | <b>200</b> | <b>0,68</b>  | <b>0,28</b> | <b>21,64</b> | <b>104,68</b> |                   |

|                                                                       |       |       |    |              |              |               |                |  |
|-----------------------------------------------------------------------|-------|-------|----|--------------|--------------|---------------|----------------|--|
| плоды шиповника                                                       | 17,00 | 17,00 |    |              |              |               |                |  |
| сахар песок                                                           | 11,00 | 11,00 |    |              |              |               |                |  |
| вода питьевая                                                         | 200   | 200   |    |              |              |               |                |  |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |       |       | 20 | 0,70         | 0,10         | 9,40          | 41,30          |  |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |       |       | 30 | 1,97         | 0,25         | 13,28         | 90,00          |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                                         |       |       |    | <b>28,15</b> | <b>26,30</b> | <b>118,60</b> | <b>821,30</b>  |  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                                 |       |       |    | <b>47,38</b> | <b>45,25</b> | <b>204,09</b> | <b>1400,16</b> |  |

### 3 день

| Наименование блюда      | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|-------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                         |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Бутерброд с сыром       |           |          | 20/10             | 5,3      | 3,7     | 7,2    | 83,3     | № 3-2004        |
| сыр сулугуни            | 10,10     | 10,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| хлеб пшеничный          | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| Борщ с мясом и сметаной |           |          | 250/18/5          | 4,79     | 5,00    | 12,93  | 195,00   | № 170-2005      |
| говядина гуляш          | 30,24     | 28,80    |                   |          |         |        |          |                 |
| курица-тушка            | 28,71     | 26,10    |                   |          |         |        |          |                 |
| Борщ с мясом и сметаной |           |          | 250/18/5          | 4,79     | 5,00    | 12,93  | 195,00   |                 |
| говядина гуляш          | 30,24     | 28,80    |                   |          |         |        |          |                 |
| курица-тушка            | 28,71     | 26,10    |                   |          |         |        |          |                 |

|                                                |       |              |           |             |             |              |               |                  |
|------------------------------------------------|-------|--------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|------------------|
| <i>масса отварного мяса</i>                    |       | <b>18,00</b> |           |             |             |              |               |                  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%                 | 33,25 | 25,00        |           |             |             |              |               |                  |
| 01.11.-31.12. -43%                             | 35,75 | 25,00        |           |             |             |              |               |                  |
| 01.01-29.02 - 54%                              | 38,50 | 25,00        |           |             |             |              |               |                  |
| 01.03 - 67%                                    | 41,75 | 25,00        |           |             |             |              |               |                  |
| капуста белокочанная свежая                    | 25,00 | 20,00        |           |             |             |              |               |                  |
| свекла - до 01.01 - 20%                        | 50,00 | 40,00        |           |             |             |              |               |                  |
| с 01.01 - 25%                                  | 53,20 | 40,00        |           |             |             |              |               |                  |
| морковь до 01.01.-25%                          | 16,25 | 13,00        |           |             |             |              |               |                  |
| с 01.01 - 33%                                  | 17,29 | 13,00        |           |             |             |              |               |                  |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 3,25  | 3,25         |           |             |             |              |               |                  |
| лук репчатый                                   | 11,90 | 10,00        |           |             |             |              |               |                  |
| лавровый лист                                  | 0,01  | 0,01         |           |             |             |              |               |                  |
| масло сливочное 72.5 %                         | 8,00  | 8,00         |           |             |             |              |               |                  |
| или масло растительное                         | 3,00  | 3,00         |           |             |             |              |               |                  |
| сметана                                        | 5,00  | 5,00         |           |             |             |              |               |                  |
| соль йодированная                              | 1,50  | 1,50         |           |             |             |              |               |                  |
| сахар песок                                    | 1,75  | 1,75         |           |             |             |              |               |                  |
| <b>Пирог Царский</b>                           |       |              | <b>80</b> | <b>7,43</b> | <b>9,00</b> | <b>34,23</b> | <b>183,00</b> | <b>№ 85-2006</b> |
| масло сливочное 72.5 %                         | 9,84  | 9,84         |           |             |             |              |               |                  |
| мука пшеничная в/с                             | 28,40 | 28,40        |           |             |             |              |               |                  |
| сода пищевая                                   | 0,19  | 0,19         |           |             |             |              |               |                  |

|                                                                        |        |              |            |              |             |              |              |                   |
|------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------------|
| лимонная кислота                                                       | 0,08   | 0,08         |            |              |             |              |              |                   |
| вода питьевая                                                          | 0,24   | 0,24         |            |              |             |              |              |                   |
| яйцо куриное                                                           | 10,72  | 10,72        |            |              |             |              |              |                   |
| творог 9%                                                              | 34,72  | 34,72        |            |              |             |              |              |                   |
| сахар песок                                                            | 3,84   | 3,84         |            |              |             |              |              |                   |
| <b>масса п/ф</b>                                                       |        | <b>88,03</b> |            |              |             |              |              |                   |
| масло растительное для смазки листа                                    | 1,00   | 1,00         |            |              |             |              |              |                   |
| <b>Чай с молоком и сахаром</b>                                         |        |              | <b>200</b> | <b>1,55</b>  | <b>1,28</b> | <b>14,41</b> | <b>75,64</b> | <b>№ 685-2004</b> |
| чай чёрный                                                             | 0,50   | 0,50         |            |              |             |              |              |                   |
| сахар песок                                                            | 9,00   | 9,00         |            |              |             |              |              |                   |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                          | 50,00  | 50,00        |            |              |             |              |              |                   |
| вода питьевая                                                          | 150,00 | 150,00       |            |              |             |              |              |                   |
| или                                                                    |        |              |            |              |             |              |              |                   |
| <b>Кофейный напиток</b>                                                |        |              | <b>200</b> | <b>2,1</b>   | <b>2,9</b>  | <b>21,4</b>  | <b>124</b>   | <b>№692-2004</b>  |
| кофейный напиток                                                       | 1,50   | 1,50         |            |              |             |              |              |                   |
| вода питьевая                                                          | 100,00 | 100,00       |            |              |             |              |              |                   |
| сахар песок                                                            | 9,00   | 9,00         |            |              |             |              |              |                   |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                          | 100,00 | 100,00       |            |              |             |              |              |                   |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b> |        |              | <b>25</b>  | <b>1,12</b>  | <b>0,22</b> | <b>11,58</b> | <b>55,25</b> |                   |
| <b>ИТОГО:</b>                                                          |        |              |            | <b>20,19</b> | <b>19,2</b> | <b>80,4</b>  | <b>592,2</b> |                   |
| <b>Обед</b>                                                            |        |              |            |              |             |              |              |                   |
| <b>Яйцо отварное с зеленым горошком</b>                                |        |              | <b>60</b>  | <b>5,28</b>  | <b>4,84</b> | <b>5,30</b>  | <b>65,12</b> |                   |

|                                  |        |           |                 |              |              |              |               |                     |
|----------------------------------|--------|-----------|-----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| яйцо отварное                    | 40,00  | 40,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| горошек зеленый консервированный | 30,80  | 20,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| <b>Суп "Солнечный день"</b>      |        |           | <b>200/10/5</b> | <b>5,25</b>  | <b>10,29</b> | <b>34,25</b> | <b>202,25</b> | <b>204-2006</b>     |
| говядина 1 категории             | 16,80  | 16,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| или курица-тушка                 | 13,42  | 12,20     |                 |              |              |              |               |                     |
| <i>масса готового продукта</i>   |        | <b>10</b> |                 |              |              |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%   | 63,84  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%               | 68,64  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                | 73,92  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| 01.03. - 40%                     | 80,16  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                     |
| морковь до 01.01 -20%            | 13,00  | 10,40     |                 |              |              |              |               |                     |
| морковь от 01.01-25%             | 13,83  | 10,40     |                 |              |              |              |               |                     |
| лук репчатый                     | 9,52   | 8,00      |                 |              |              |              |               |                     |
| лавровый лист                    | 0,01   | 0,01      |                 |              |              |              |               |                     |
| вода                             | 150,00 | 150,00    |                 |              |              |              |               |                     |
| крупа рис пропаренный            | 4,80   | 4,80      |                 |              |              |              |               |                     |
| масло сливочное                  | 7,00   | 7,00      |                 |              |              |              |               |                     |
| или масло растительное           | 3,00   | 3,00      |                 |              |              |              |               |                     |
| соль йодированная                | 1,20   | 1,20      |                 |              |              |              |               |                     |
| сметана 15%                      | 5,00   | 5,00      |                 |              |              |              |               |                     |
| <b>Жаркое по-домашнему</b>       |        |           | <b>200</b>      | <b>15,01</b> | <b>12,40</b> | <b>30,15</b> | <b>389,14</b> | <b>(№ 369-2013)</b> |
| филе куриное                     | 53,68  | 48,80     |                 |              |              |              |               |                     |

|                                                    |        |              |            |             |             |              |               |                                                |
|----------------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|------------------------------------------------|
| или свинина                                        | 58,80  | 56,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| <i>масса тушеного мяса</i>                         |        | <i>40,00</i> |            |             |             |              |               |                                                |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                     | 172,90 | 130,00       |            |             |             |              |               |                                                |
| 01.11.-31.12. -30%                                 | 185,90 | 130,00       |            |             |             |              |               |                                                |
| 01.01-29.02 - 35%                                  | 199,94 | 130,00       |            |             |             |              |               |                                                |
| 01.03 - 40%                                        | 217,10 | 130,00       |            |             |             |              |               |                                                |
| лук репчатый                                       | 11,90  | 10,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| морковь до 01.01.-20%                              | 30,00  | 24,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| морковь с 01.01.-25%                               | 31,92  | 24,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| лавровый лист                                      | 0,01   | 0,01         |            |             |             |              |               |                                                |
| томатная паста                                     | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                                                |
| соль йодированная                                  | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                                                |
| масло растительное                                 | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                                                |
| вода                                               | 15,00  | 15,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| <b>Напиток Витаминизированный "Витошка"</b>        |        |              | <b>200</b> |             |             | <b>19,00</b> | <b>111,00</b> | <b>РЦ<br/>10.86.10.5900-<br/>003-17840891-</b> |
| Смесь сухая с витаминами, железом и<br>прибиотиком | 20,00  | 20,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| вода питьевая                                      | 180,00 | 180,00       |            |             |             |              |               |                                                |
| или                                                |        |              |            |             |             |              |               |                                                |
| <b>Компот из яблок +Витамин С</b>                  |        |              | <b>200</b> | <b>0,08</b> | <b>0,08</b> | <b>13,94</b> | <b>67,28</b>  |                                                |
| яблоки свежие                                      | 27,12  | 24,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| сахар песок                                        | 10,00  | 10,00        |            |             |             |              |               |                                                |
| вода питьевая                                      | 200    | 200          |            |             |             |              |               |                                                |

|                                                                       |    |       |       |        |         |  |
|-----------------------------------------------------------------------|----|-------|-------|--------|---------|--|
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       | 20 | 0,70  | 0,10  | 9,40   | 41,30   |  |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов | 30 | 1,97  | 0,25  | 13,28  | 90,00   |  |
| ИТОГО:                                                                |    | 28,29 | 27,96 | 111,38 | 855,09  |  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |    | 48,48 | 47,16 | 191,73 | 1447,28 |  |

| 4 день                                           |           |          |                   |          |         |        |          |             |
|--------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-------------|
| Наименование блюда                               | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |             |
|                                                  |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |             |
|                                                  |           |          |                   |          |         |        |          |             |
| Нарезка из свежих огурцов с маслом               |           |          | 60                | 0,49     | 3,05    | 1,14   | 47,46    | № 14/1-2011 |
| огурцы свежие грунтовые                          | 58,80     | 56,00    |                   |          |         |        |          |             |
| или огурцы свежие парниковые                     | 58,80     | 56,00    |                   |          |         |        |          |             |
| масло растительное                               | 4,00      | 4,00     |                   |          |         |        |          |             |
| соль йодированная                                | 0,30      | 0,30     |                   |          |         |        |          |             |
| зелень свежая                                    | 0,68      | 0,50     |                   |          |         |        |          |             |
| или                                              |           |          |                   |          |         |        |          |             |
| Салат из белокачанной капусты с морковью до 1.03 |           |          | 60                | 0,99     | 3,05    | 5,66   | 54,48    | № 4-2005    |
| капуста б/кочанная                               | 60,00     | 48,00    |                   |          |         |        |          |             |
| морковь до 01.01.-25%                            | 7,50      | 6,00     |                   |          |         |        |          |             |
| с 01.01 - 33%                                    | 7,98      | 6,00     |                   |          |         |        |          |             |

|                                  |       |              |           |             |              |             |               |                   |
|----------------------------------|-------|--------------|-----------|-------------|--------------|-------------|---------------|-------------------|
| кислота лимонная                 | 0,15  | 0,15         |           |             |              |             |               |                   |
| вода                             | 2,00  | 2,00         |           |             |              |             |               |                   |
| сахар песок                      | 3,00  | 3,00         |           |             |              |             |               |                   |
| зелень свежая                    | 0,68  | 0,50         |           |             |              |             |               |                   |
| масло растительное               | 3,00  | 3,00         |           |             |              |             |               |                   |
| вода                             | 1,98  | 1,98         |           |             |              |             |               |                   |
| ИЛИ                              |       |              |           |             |              |             |               |                   |
| <b>Салат овощной</b>             |       |              | <b>60</b> | <b>1,80</b> | <b>4,00</b>  | <b>7,30</b> | <b>72,40</b>  | <b>№ 69-2013</b>  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%   | 34,91 | 26,25        |           |             |              |             |               |                   |
| 01.11.-31.12. -43%               | 37,54 | 26,25        |           |             |              |             |               |                   |
| 01.01-29.02 - 54%                | 40,43 | 26,25        |           |             |              |             |               |                   |
| 01.03 - 67%                      | 43,84 | 26,25        |           |             |              |             |               |                   |
| <b>масса отварного картофеля</b> |       | <b>25,00</b> |           |             |              |             |               |                   |
| морковь до 01.01.-25%            | 32,81 | 26,25        |           |             |              |             |               |                   |
| с 01.01 - 33%                    | 34,91 | 26,25        |           |             |              |             |               |                   |
| <b>масса отварной моркови</b>    |       | <b>25,00</b> |           |             |              |             |               |                   |
| горошек зеленый консервированный | 9,24  | 6,00         |           |             |              |             |               |                   |
| масло растительное               | 4,00  | 4,00         |           |             |              |             |               |                   |
| <b>Бефстроганов</b>              |       |              | <b>90</b> | <b>9,10</b> | <b>13,78</b> | <b>6,98</b> | <b>120,04</b> | <b>№ 250-2011</b> |
| говядина гуляш                   | 84,00 | 80,00        |           |             |              |             |               |                   |
| или филе куриное                 | 67,10 | 61,00        |           |             |              |             |               |                   |
| <b>масса готового мяса</b>       |       | <b>50,00</b> |           |             |              |             |               |                   |

|                                                                                 |        |              |            |             |             |              |               |                   |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| лук репчатый                                                                    | 9,52   | 8,00         |            |             |             |              |               |                   |
| сметана                                                                         | 10,00  | 10,00        |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                   | 30,00  | 30,00        |            |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                                                              | 2,50   | 2,50         |            |             |             |              |               |                   |
| соль йодированная                                                               | 0,60   | 0,60         |            |             |             |              |               |                   |
| масло растительное                                                              | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                   |
| или                                                                             |        |              |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Печень по строгановски</b>                                                   |        |              | <b>90</b>  | <b>11,3</b> | <b>11,6</b> | <b>0,8</b>   | <b>153</b>    |                   |
| печень говяжья                                                                  | 75,90  | 69,00        |            |             |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72,5%                                                           | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                   |
| или масло растительное                                                          | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                   |
| <b>соус</b>                                                                     |        | <b>50,00</b> |            |             |             |              |               |                   |
| сметана                                                                         | 10,00  | 10,00        |            |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная                                                                  | 2,50   | 2,50         |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                   | 40,00  | 40,00        |            |             |             |              |               |                   |
| томатная паста (без искусственных<br>ароматизаторов, красителей и консервантов) | 1,30   | 1,30         |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Макароны отварные</b>                                                        |        |              | <b>150</b> | <b>5,82</b> | <b>1,90</b> | <b>37,08</b> | <b>176,00</b> | <b>№ 309-2011</b> |
| макароны отварные                                                               | 50,00  | 50,00        |            |             |             |              |               |                   |
| соль йодированная                                                               | 1,20   | 1,20         |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                   | 157,50 | 157,50       |            |             |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72.5 %                                                          | 4,00   | 4,00         |            |             |             |              |               |                   |

|                                                                              |        |        |                  |             |             |              |               |                  |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|------------------|
| или                                                                          |        |        |                  |             |             |              |               |                  |
| <b>Капуста тушеная</b>                                                       |        |        | <b>150</b>       | <b>3,6</b>  | <b>6,3</b>  | <b>17,8</b>  | <b>142</b>    | <b>№245-1997</b> |
| капуста б/к                                                                  | 193,75 | 155,00 |                  |             |             |              |               |                  |
| морковь до 01.01.-25%                                                        | 22,50  | 18,00  |                  |             |             |              |               |                  |
| с 01.01 - 33%                                                                | 23,94  | 18,00  |                  |             |             |              |               |                  |
| лук репчатый                                                                 | 10,71  | 9,00   |                  |             |             |              |               |                  |
| мука пшеничная                                                               | 2,30   | 2,30   |                  |             |             |              |               |                  |
| вода питьевая                                                                | 12,00  | 12,00  |                  |             |             |              |               |                  |
| лавровый лист                                                                | 0,01   | 0,01   |                  |             |             |              |               |                  |
| масло растительное                                                           | 8,00   | 8,00   |                  |             |             |              |               |                  |
| <b>Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"</b>                         |        |        | <b>200/20/10</b> | <b>0,3</b>  | <b>0,0</b>  | <b>17,75</b> | <b>62,8</b>   | <b>№686-2004</b> |
| чай-заварка                                                                  | 1,5    | 1,5    |                  |             |             |              |               |                  |
| сахар                                                                        | 15     | 9      |                  |             |             |              |               |                  |
| лимон                                                                        | 11,4   | 10     |                  |             |             |              |               |                  |
| апельсин                                                                     | 22,8   | 20     |                  |             |             |              |               |                  |
| или                                                                          |        |        |                  |             |             |              |               |                  |
| <b>Отвар из шиповника</b>                                                    |        |        | <b>200</b>       | <b>0,68</b> | <b>0,28</b> | <b>21,64</b> | <b>104,68</b> |                  |
| плоды шиповника                                                              | 17,00  | 17,00  |                  |             |             |              |               |                  |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |                  |             |             |              |               |                  |
| вода питьевая                                                                | 200    | 200    |                  |             |             |              |               |                  |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>20</b>        | <b>0,70</b> | <b>0,10</b> | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                  |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>40</b>        | <b>1,97</b> | <b>0,25</b> | <b>13,28</b> | <b>90,00</b>  |                  |

|                                             |        |              |                 |             |             |              |               |                    |
|---------------------------------------------|--------|--------------|-----------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------------|
|                                             |        |              |                 | 18,38       | 19,08       | 85,63        | 592,08        |                    |
| <b>Обед</b>                                 |        |              |                 |             |             |              |               |                    |
| <b>Нарезка из отварной свеклы с сыром</b>   |        |              | <b>60</b>       | <b>0,88</b> | <b>6,93</b> | <b>13,66</b> | <b>53,40</b>  | <b>№ 10-2001</b>   |
| свекла - до 01.01 - 20%                     | 94,46  | 75,57        |                 |             |             |              |               |                    |
| с 01.01 - 25%                               | 100,51 | 75,57        |                 |             |             |              |               |                    |
| <b>масса отварной свеклы</b>                |        | <b>52,00</b> |                 |             |             |              |               |                    |
| сыр сулугуни                                | 8,08   | 8,00         |                 |             |             |              |               |                    |
| масло растительное                          | 2,00   | 2,00         |                 |             |             |              |               |                    |
| зелень свежая                               | 0,68   | 0,50         |                 |             |             |              |               |                    |
| <b>или</b>                                  |        |              |                 |             |             |              |               |                    |
| <b>Нарезка из свежих помидоров с маслом</b> |        |              | <b>60</b>       | <b>0,68</b> | <b>3,50</b> | <b>6,53</b>  | <b>67,33</b>  | <b>№ 15/1-2011</b> |
| помидоры свежие грунтовые                   | 59,85  | 57,00        |                 |             |             |              |               |                    |
| или помидоры свежие парниковые              | 59,85  | 57,00        |                 |             |             |              |               |                    |
| масло растительное                          | 4,00   | 4,00         |                 |             |             |              |               |                    |
| зелень свежая                               | 0,68   | 0,50         |                 |             |             |              |               |                    |
| <b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>     |        |              | <b>200/10/3</b> | <b>4,77</b> | <b>4,57</b> | <b>8,51</b>  | <b>147,73</b> |                    |
| капуста б/кочанная                          | 50,00  | 40,00        |                 |             |             |              |               |                    |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%              | 31,92  | 24,00        |                 |             |             |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -30%                          | 34,32  | 24,00        |                 |             |             |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 35%                           | 36,96  | 24,00        |                 |             |             |              |               |                    |
| 01.03. - 40%                                | 40,08  | 24,00        |                 |             |             |              |               |                    |

|                                     |        |               |              |              |              |              |               |                |
|-------------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| морковь до 01.01.-20%               | 12,00  | 9,60          |              |              |              |              |               |                |
| с 01.01 - 25%                       | 12,77  | 9,60          |              |              |              |              |               |                |
| лук репчатый                        | 9,52   | 8,00          |              |              |              |              |               |                |
| масло сливочное                     | 15,00  | 15,00         |              |              |              |              |               |                |
| или масло растительное              | 5,00   | 5,00          |              |              |              |              |               |                |
| лавровый лист                       | 0,01   | 0,01          |              |              |              |              |               |                |
| вода питьевая                       | 160,00 | 160,00        |              |              |              |              |               |                |
| соль йодированная                   | 1,20   | 1,20          |              |              |              |              |               |                |
| сметана 15%                         | 5,00   | 5,00          |              |              |              |              |               |                |
| <b>Мясные шарики в сырном соусе</b> |        |               | <b>90/30</b> | <b>15,97</b> | <b>11,83</b> | <b>23,74</b> | <b>212,73</b> | <b>69-2017</b> |
| филе куриное                        | 64,90  | 59,00         |              |              |              |              |               |                |
| фарш говяжий                        | 20,40  | 20,00         |              |              |              |              |               |                |
| хлеб пшеничный 60%                  | 10,00  | 10,00         |              |              |              |              |               |                |
| вода питьевая                       | 8,00   | 8,00          |              |              |              |              |               |                |
| лук репчатый                        | 8,57   | 7,20          |              |              |              |              |               |                |
| соль йодированная                   | 0,80   | 0,80          |              |              |              |              |               |                |
| яйцо куриное                        | 3,00   | 3,00          |              |              |              |              |               |                |
| <b>масса п/ф</b>                    |        | <b>108,00</b> |              |              |              |              |               |                |
| мука пшеничная в/с                  | 5,00   | 5,00          |              |              |              |              |               |                |
| масло растительное для смазки листа | 3,00   | 3,00          |              |              |              |              |               |                |
| <b>сырный соус:</b>                 |        | <b>50</b>     |              |              |              |              |               |                |
| молоко питьевое 2,5%                | 28,35  | 27,00         |              |              |              |              |               |                |
| сыр сулугуни тертый                 | 7,70   | 7,00          |              |              |              |              |               |                |

|                                                                              |        |        |            |              |              |               |               |                    |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|
| мука пшеничная в/с                                                           | 2,00   | 2,00   |            |              |              |               |               |                    |
| вода питьевая                                                                | 13,00  | 13,00  |            |              |              |               |               |                    |
| чеснок                                                                       | 0,64   | 0,50   |            |              |              |               |               |                    |
| <b>Гречка рассыпчатая</b>                                                    |        |        | <b>150</b> | <b>4,00</b>  | <b>5,28</b>  | <b>28,62</b>  | <b>187,05</b> | <b>(№ 67-2011)</b> |
| крупa гречневая                                                              | 52,50  | 52,50  |            |              |              |               |               |                    |
| вода питьевая                                                                | 106,50 | 106,50 |            |              |              |               |               |                    |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 10,00  | 4,00   |            |              |              |               |               |                    |
| <b>Чай с молоком и сахаром</b>                                               |        |        | <b>200</b> | <b>1,55</b>  | <b>1,28</b>  | <b>14,41</b>  | <b>75,64</b>  | <b>№ 685-2004</b>  |
| чай чёрный                                                                   | 0,50   | 0,50   |            |              |              |               |               |                    |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |            |              |              |               |               |                    |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 150,00 | 150,00 |            |              |              |               |               |                    |
| вода питьевая                                                                | 50,00  | 50,00  |            |              |              |               |               |                    |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>20</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b>  | <b>9,40</b>   | <b>41,30</b>  |                    |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>30</b>  | <b>1,97</b>  | <b>0,25</b>  | <b>13,28</b>  | <b>90,00</b>  |                    |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |        |            | <b>28,09</b> | <b>28,96</b> | <b>111,62</b> | <b>821,78</b> |                    |

## 5 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|--------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                    |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Завтрак            |           |          |                   |          |         |        |          |                 |

[illegible]

|                                                                                              |        |           |              |              |              |              |               |                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>Чай с молоком и сахаром</b>                                                               |        |           | <b>200</b>   | <b>1,55</b>  | <b>1,28</b>  | <b>14,41</b> | <b>75,64</b>  | <b>№ 685-2004</b>   |
| чай чёрный                                                                                   | 0,50   | 0,50      |              |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                                                  | 10,00  | 10,00     |              |              |              |              |               |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                                | 150,00 | 150,00    |              |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                                | 50,00  | 50,00     |              |              |              |              |               |                     |
| <b>Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, манларин, банан)</b> |        |           | <b>130</b>   | <b>0,66</b>  | <b>0,38</b>  | <b>14,25</b> | <b>85,00</b>  |                     |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>                       |        |           | <b>25</b>    | <b>1,12</b>  | <b>0,22</b>  | <b>11,58</b> | <b>56,70</b>  |                     |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                |        |           |              | <b>18,34</b> | <b>20,73</b> | <b>87,45</b> | <b>574,29</b> |                     |
| <b>Обед</b>                                                                                  |        |           |              |              |              |              |               |                     |
| <b>Салат картофельный с огурцами</b>                                                         |        |           | <b>60</b>    | <b>1,2</b>   | <b>3,06</b>  | <b>7,06</b>  | <b>68,4</b>   | <b>( №75-20133)</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                               | 83     | 67        |              |              |              |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                                                                           | 95     | 72        |              |              |              |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                                                                            | 110    | 77        |              |              |              |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                                                                                  | 139    | 84        |              |              |              |              |               |                     |
| <b>масса отварного картофеля</b>                                                             |        | <b>50</b> |              |              |              |              |               |                     |
| огурцы соленые                                                                               | 19     | 10        |              |              |              |              |               |                     |
| или огурцы свежие                                                                            | 10,5   | 10        |              |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                                           | 3      | 3         |              |              |              |              |               |                     |
| <b>Суп Лагман на курином бульоне со сметаной</b>                                             |        |           | <b>220/5</b> | <b>12,84</b> | <b>9,60</b>  | <b>21,80</b> | <b>137,40</b> |                     |
| спагетти                                                                                     | 8,00   | 8,00      |              |              |              |              |               |                     |
| <b>масса отварных спагетти</b>                                                               |        | <b>30</b> |              |              |              |              |               |                     |
| чеснок                                                                                       | 1,54   | 1,20      |              |              |              |              |               |                     |

|                                           |        |              |            |             |             |              |               |                 |
|-------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----------------|
| лук репчатый                              | 14,88  | 12,50        |            |             |             |              |               |                 |
| масло растительное                        | 4,94   | 4,94         |            |             |             |              |               |                 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%            | 33,25  | 25,00        |            |             |             |              |               |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                        | 35,75  | 25,00        |            |             |             |              |               |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                         | 38,50  | 25,00        |            |             |             |              |               |                 |
| 01.03 - 40%                               | 41,75  | 25,00        |            |             |             |              |               |                 |
| морковь до 01.01.-20%                     | 15,00  | 12,00        |            |             |             |              |               |                 |
| с 01.01 - 25%                             | 15,96  | 12,00        |            |             |             |              |               |                 |
| соль йодированная                         | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                 |
| бульон куриный                            | 180,00 | 180,00       |            |             |             |              |               |                 |
| сметана 15%                               | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                 |
| <b>Грудка запеченная в молочном соусе</b> |        |              | <b>90</b>  | <b>7,53</b> | <b>9,25</b> | <b>8,96</b>  | <b>113,00</b> | <b>494-2004</b> |
| грудка куриная (на кости)                 | 90,63  | 62,50        |            |             |             |              |               |                 |
| масло растительное                        | 6,00   | 6,00         |            |             |             |              |               |                 |
| <b>масса запеченной куры</b>              |        | <b>50,00</b> |            |             |             |              |               |                 |
| <u><b>соус молочный</b></u>               |        | <b>50,00</b> |            |             |             |              |               | <b>597-2004</b> |
| молоко питьевое                           | 40,00  | 40,00        |            |             |             |              |               |                 |
| мука пшеничная в/с                        | 2,00   | 2,00         |            |             |             |              |               |                 |
| <b>Рис отварной</b>                       |        |              | <b>150</b> | <b>3,64</b> | <b>5,37</b> | <b>36,69</b> | <b>209,70</b> | <b>305-2011</b> |
| крупа рис пропаренный                     | 52,50  | 52,50        |            |             |             |              |               |                 |
| вода питьевая                             | 110,20 | 110,20       |            |             |             |              |               |                 |
| масло сливочное 72.5 %                    | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                 |

|                                                                       |           |          |                   |          |         |        |          |                                      |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|--------------------------------------|
| Компот с изюмом + Витамин С                                           |           |          | 200               | 0,12     | 0,12    | 15,06  | 62,28    | 348-2011                             |
| изюм                                                                  | 15,00     | 15,00    |                   |          |         |        |          |                                      |
| сахар песок                                                           | 12,00     | 11,00    |                   |          |         |        |          |                                      |
| аскорбиновая кислота                                                  | 0,06      | 0,06     |                   |          |         |        |          |                                      |
| вода питьевая                                                         | 180,00    | 180,00   |                   |          |         |        |          |                                      |
| или                                                                   |           |          |                   |          |         |        |          |                                      |
| Напиток витаминизированный "Витошка"                                  |           |          | 200               | -        | -       | 19,0   | 111,0    | РЦ<br>10.86.10.590-<br>003-17840891- |
| Смесь для напитка                                                     | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |                                      |
| Вода для напитка                                                      | 200,00    | 200,00   |                   |          |         |        |          |                                      |
|                                                                       |           |          |                   |          |         |        |          |                                      |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |           |          | 20                | 0,70     | 0,10    | 9,40   | 41,30    |                                      |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |           |          | 30                | 1,97     | 0,25    | 13,28  | 90,00    |                                      |
| ИТОГО:                                                                |           |          |                   | 28,00    | 27,75   | 116,19 | 833,08   |                                      |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |           |          |                   | 46,34    | 48,48   | 203,64 | 1407,37  |                                      |
| 6 день                                                                |           |          |                   |          |         |        |          |                                      |
| Наименование блюда                                                    | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |                                      |
|                                                                       |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                                      |
| Завтрак                                                               |           |          |                   |          |         |        |          |                                      |
| Горячий бутерброд с сыром                                             |           |          | 25/15             | 5,55     | 9,75    | 15,75  | 172,50   | ( № 7-2011)                          |

|                                                           |       |              |           |             |             |             |              |                   |
|-----------------------------------------------------------|-------|--------------|-----------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| сыр сулугуни                                              | 15,15 | 15,00        |           |             |             |             |              |                   |
| хлеб пшеничный                                            | 25,00 | 25,00        |           |             |             |             |              |                   |
| <b>Кукуруза консервированная</b>                          |       |              | <b>60</b> | <b>0,85</b> | <b>0,07</b> | <b>4,51</b> | <b>22,89</b> | <b>№ 245-2006</b> |
| кукуруза консервированная                                 | 99,00 | 60,00        |           |             |             |             |              |                   |
| или                                                       |       |              |           |             |             |             |              |                   |
| <b>Салат из белокачанной капусты с морковью / до 1.03</b> |       |              | <b>60</b> | <b>0,99</b> | <b>3,05</b> | <b>5,66</b> | <b>54,48</b> | <b>№ 4-2005</b>   |
| капуста б/кочанная                                        | 60,00 | 48,00        |           |             |             |             |              |                   |
| морковь до 01.01.-25%                                     | 7,50  | 6,00         |           |             |             |             |              |                   |
| с 01.01 - 33%                                             | 7,98  | 6,00         |           |             |             |             |              |                   |
| кислота лимонная                                          | 0,15  | 0,15         |           |             |             |             |              |                   |
| вода                                                      | 2,00  | 2,00         |           |             |             |             |              |                   |
| сахар песок                                               | 3,00  | 3,00         |           |             |             |             |              |                   |
| зелень свежая                                             | 0,68  | 0,50         |           |             |             |             |              |                   |
| масло растительное                                        | 3,00  | 3,00         |           |             |             |             |              |                   |
| вода                                                      | 1,98  | 1,98         |           |             |             |             |              |                   |
| или                                                       |       |              |           |             |             |             |              |                   |
| <b>Салат Здоровье</b>                                     |       |              | <b>60</b> | <b>1,06</b> | <b>3,06</b> | <b>4,59</b> | <b>60,55</b> |                   |
| морковь до 01.01.-25%                                     | 31,25 | 24,15        |           |             |             |             |              |                   |
| с 01.01 - 33%                                             | 33,25 | 24,15        |           |             |             |             |              |                   |
| <b>масса отварной моркови</b>                             |       | <b>23,00</b> |           |             |             |             |              |                   |
| свекла - до 01.01 - 20%                                   | 31,34 | 28,34        |           |             |             |             |              |                   |
| с 01.01 - 25%                                             | 31,89 | 28,34        |           |             |             |             |              |                   |

|                                    |        |              |            |              |             |              |               |                   |
|------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| <b>масса отварной свеклы</b>       |        | <b>26,00</b> |            |              |             |              |               |                   |
| горошек зеленый консервированный   | 12,32  | 8,00         |            |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                 | 1,50   | 3,00         |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Гречка по -купечески</b>        |        |              | <b>150</b> | <b>10,69</b> | <b>7,32</b> | <b>27,14</b> | <b>232,73</b> | <b>№ 220-2005</b> |
| филе куриное                       | 40,26  | 36,60        |            |              |             |              |               |                   |
| или говядина 1 категории           | 50,40  | 48,00        |            |              |             |              |               |                   |
| или фарш говяжий пром.производства |        | 43,50        |            |              |             |              |               |                   |
| или свинина мясная                 |        | 42,00        |            |              |             |              |               |                   |
| <b>масса готового мяса</b>         |        | <b>30,00</b> |            |              |             |              |               |                   |
| крупа гречневая                    | 40,00  | 40,00        |            |              |             |              |               |                   |
| вода для варки                     | 79,00  | 79,00        |            |              |             |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-25%              | 21,25  | 17,00        |            |              |             |              |               |                   |
| с 01.01 - 33%                      | 22,61  | 17,00        |            |              |             |              |               |                   |
| лук репчатый                       | 14,28  | 12,00        |            |              |             |              |               |                   |
| <b>масса пассерованных овощей</b>  |        | <b>15,00</b> |            |              |             |              |               |                   |
| соль                               | 1,50   | 1,50         |            |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                 | 3,00   | 3,00         |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Чай с сахаром</b>               |        |              | <b>200</b> | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b> | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>№ 268-2004</b> |
| чай заварка                        | 0,50   | 0,50         |            |              |             |              |               |                   |
| вода питьевая                      | 200,00 | 200,00       |            |              |             |              |               |                   |
| сахар песок                        | 9,00   | 9,00         |            |              |             |              |               |                   |
| или                                |        |              |            |              |             |              |               |                   |
| <b>Компот из яблок +Витамин С</b>  |        |              | <b>200</b> | <b>0,08</b>  | <b>0,08</b> | <b>13,94</b> | <b>67,28</b>  |                   |

|                                                                               |       |           |           |              |              |              |               |                 |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| яблоки свежие                                                                 | 27,12 | 24,00     |           |              |              |              |               |                 |
| сахар песок                                                                   | 10,00 | 10,00     |           |              |              |              |               |                 |
| вода питьевая                                                                 | 200   | 200       |           |              |              |              |               |                 |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>        |       |           | <b>50</b> | <b>1,79</b>  | <b>0,29</b>  | <b>23,50</b> | <b>103,29</b> |                 |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                 |       |           |           | <b>19,10</b> | <b>20,41</b> | <b>82,03</b> | <b>602,98</b> |                 |
| <b>Обед</b>                                                                   |       |           |           |              |              |              |               |                 |
| <b>Винегрет овощной</b>                                                       |       |           | <b>60</b> | <b>1,5</b>   | <b>5,0</b>   | <b>13,9</b>  | <b>111</b>    | <b>№71-2004</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                | 20    | 16        |           |              |              |              |               |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                                                            | 21    | 16        |           |              |              |              |               |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                                                             | 23    | 16        |           |              |              |              |               |                 |
| 01.03 - 40%                                                                   | 26    | 16        |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварного картофеля</b>                                              |       | <b>15</b> |           |              |              |              |               |                 |
| свекла до 01.01.-20%                                                          | 14    | 11        |           |              |              |              |               |                 |
| с 01.01 - 25%                                                                 | 14    | 11        |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварной свеклы</b>                                                  |       | <b>10</b> |           |              |              |              |               |                 |
| морковь до 01.01.-20%                                                         | 21    | 17        |           |              |              |              |               |                 |
| с 01.01 - 25%                                                                 | 22    | 17        |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварной моркови</b>                                                 |       | <b>16</b> |           |              |              |              |               |                 |
| огурцы соленные без уксуса                                                    | 15    | 8         |           |              |              |              |               |                 |
| лук репчатый                                                                  | 11    | 9         |           |              |              |              |               |                 |
| или лук зеленый                                                               | 9     | 9         |           |              |              |              |               |                 |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> |       |           |           |              |              |              |               |                 |

|                                             |        |        |              |              |             |              |               |                  |
|---------------------------------------------|--------|--------|--------------|--------------|-------------|--------------|---------------|------------------|
| масло растительное                          | 3      | 3      |              |              |             |              |               |                  |
| зелень свежая (петрушка, укроп)             | 0,675  | 0,5    |              |              |             |              |               |                  |
| или                                         |        |        |              |              |             |              |               |                  |
| <b>Овощи натуральные соленые</b>            |        |        | <b>60</b>    | <b>0,48</b>  | <b>0,07</b> | <b>1,22</b>  | <b>8,20</b>   | <b>№ 70-2011</b> |
| огурцы соленые                              | 114,00 | 60,00  |              |              |             |              |               |                  |
| <b>Рассольник Ленинградский со сметаной</b> |        |        | <b>200/5</b> | <b>3,3</b>   | <b>7,02</b> | <b>18,23</b> | <b>167,12</b> | <b>129-1996</b>  |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%              | 55,86  | 42,00  |              |              |             |              |               |                  |
| 01.11.-31.12. -30%                          | 60,06  | 42,00  |              |              |             |              |               |                  |
| 01.01-29.02 - 35%                           | 64,68  | 42,00  |              |              |             |              |               |                  |
| 01.03 - 40%                                 | 70,14  | 42,00  |              |              |             |              |               |                  |
| крупа перловая                              | 4,80   | 4,80   |              |              |             |              |               |                  |
| морковь до 01.01.-20%                       | 10,00  | 8,00   |              |              |             |              |               |                  |
| с 01.01 - 25%                               | 10,64  | 8,00   |              |              |             |              |               |                  |
| лук репчатый                                | 7,62   | 6,40   |              |              |             |              |               |                  |
| лавровый лист                               | 0,01   | 0,01   |              |              |             |              |               |                  |
| огурцы соленые                              | 15,20  | 8,00   |              |              |             |              |               |                  |
| масло сливочное                             | 3,00   | 3,00   |              |              |             |              |               |                  |
| или масло растительное                      | 3,00   | 3,00   |              |              |             |              |               |                  |
| вода                                        | 150,00 | 150,00 |              |              |             |              |               |                  |
| сметана 15%                                 | 5,00   | 5,00   |              |              |             |              |               |                  |
| зелень свежая                               | 1,35   | 1,00   |              |              |             |              |               |                  |
| <b>Рыба запеченная</b>                      |        |        | <b>90</b>    | <b>13,25</b> | <b>9,27</b> | <b>6,79</b>  | <b>171,43</b> | <b>337-2004</b>  |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)      | 172,80 | 108,00 |              |              |             |              |               |                  |

[illegible]

|                                                                       |     |     |     |       |       |        |         |                                     |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-------|-------|--------|---------|-------------------------------------|
| Напиток витаминизированный "Витошка"                                  |     |     | 200 | -     | -     | 23,0   | 111,0   | ГЦ<br>10.86.10.590-<br>002 17040001 |
| Смесь для напитка "Витошка"                                           | 20  | 20  |     |       |       |        |         |                                     |
| Вода для напитка                                                      | 200 | 200 |     |       |       |        |         |                                     |
|                                                                       |     |     |     |       |       |        |         |                                     |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |     |     | 25  | 1,65  | 0,30  | 8,55   | 43,00   |                                     |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |     |     | 50  | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00   |                                     |
| ИТОГО:                                                                |     |     |     | 28,19 | 26,91 | 112,06 | 784,59  |                                     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |     |     |     | 47,29 | 47,32 | 194,09 | 1387,57 |                                     |

| 7 день                                   |           |          |                   |          |         |        |          |  |
|------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|--|
| Наименование блюда                       | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |  |
|                                          |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |  |
| Слойка с сахаром                         |           |          | 50                | 1,70     | 6,90    | 19,00  | 143,00   |  |
| тесто слоеное промышленного производства | 62,50     | 62,50    |                   |          |         |        |          |  |
| сахар песок                              | 0,50      | 0,50     |                   |          |         |        |          |  |
| мука пшеничная в/с                       | 3,00      | 3,00     |                   |          |         |        |          |  |
| яйцо куриное                             | 0,60      | 0,60     |                   |          |         |        |          |  |
| масло растительное                       | 1,00      | 1,00     |                   |          |         |        |          |  |
| или                                      |           |          |                   |          |         |        |          |  |
| Булочка пром.производства                |           |          | 50                | 0,90     | 3,45    | 9,40   | 69,00    |  |

|                                                                                                                   |        |           |              |             |             |             |              |                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| <b>Плов с мясом</b>                                                                                               |        |           | <b>200</b>   | <b>15,4</b> | <b>12,0</b> | <b>34,1</b> | <b>399,5</b> | <b>№265-2011</b>  |
| говядина 1 категории                                                                                              | 67     | 64        |              |             |             |             |              |                   |
| или филе куриное                                                                                                  | 54     | 49        |              |             |             |             |              |                   |
| или говядина гуляш-полуфабрикат<br>промышленного производства                                                     | 67     | 64        |              |             |             |             |              |                   |
| или свинина мясная                                                                                                | 59     | 56        |              |             |             |             |              |                   |
| <b>масса тушеного мяса</b>                                                                                        |        | <b>40</b> |              |             |             |             |              |                   |
| масло растительное                                                                                                | 5      | 5         |              |             |             |             |              |                   |
| крупа рисовая                                                                                                     | 60     | 60        |              |             |             |             |              |                   |
| морковь до 01.01.-20%                                                                                             | 25     | 20        |              |             |             |             |              |                   |
| с 01.01 - 25%                                                                                                     | 27     | 20        |              |             |             |             |              |                   |
| лук репчатый                                                                                                      | 19     | 16        |              |             |             |             |              |                   |
| соль йодированная                                                                                                 | 1,2    | 1,2       |              |             |             |             |              |                   |
| томатное пюре (без искусственных<br>ароматизаторов, красителей и консервантов, без<br>содержания крахмала и соли) | 10     | 10        |              |             |             |             |              |                   |
| <b>Чай с лимоном</b>                                                                                              |        |           | <b>200/2</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>9,98</b> | <b>39,98</b> | <b>№ 377-2011</b> |
| чай заварка                                                                                                       | 0,50   | 0,50      |              |             |             |             |              |                   |
| вода питьевая                                                                                                     | 200,00 | 200,00    |              |             |             |             |              |                   |
| лимон                                                                                                             | 2,28   | 2,00      |              |             |             |             |              |                   |
| сахар песок                                                                                                       | 10,00  | 10,00     |              |             |             |             |              |                   |
| ИЛИ                                                                                                               |        |           |              |             |             |             |              |                   |
| <b>Кисломолочный напиток "Снежок" 2,5%</b>                                                                        |        |           | <b>200</b>   | <b>5,2</b>  | <b>6,4</b>  | <b>9</b>    | <b>114</b>   |                   |

|                                                                    |        |       |        |       |       |       |        |              |
|--------------------------------------------------------------------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|--------------|
| Хлеб ржаной или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |       | 20     | 1,00  | 0,30  | 8,10  | 38,90  |              |
| Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов |        |       | 30     | 1,97  | 0,25  | 13,28 | 56,74  |              |
|                                                                    |        |       |        | 20,08 | 19,48 | 84,48 | 609,14 |              |
| <b>Обед</b>                                                        |        |       |        |       |       |       |        |              |
| Нарезка из отварной свеклы с сыром                                 |        |       | 60     | 0,66  | 5,20  | 9,40  | 129,60 | № 10-2001    |
| свекла - до 01.01 - 20%                                            | 73,58  | 58,86 |        |       |       |       |        |              |
| с 01.01 - 25%                                                      | 78,28  | 58,86 |        |       |       |       |        |              |
| масса отварной свеклы                                              |        | 54,00 |        |       |       |       |        |              |
| сыр сулугуни                                                       | 6,06   | 6,00  |        |       |       |       |        |              |
| масло растительное                                                 | 2,00   | 2,00  |        |       |       |       |        |              |
| зелень свежая                                                      | 0,68   | 0,50  |        |       |       |       |        |              |
| Суп гороховый на курином бульоне с гречками                        |        |       | 220/10 | 7,10  | 8,60  | 37,51 | 203,14 | ( № 36-2011) |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                     | 79,80  | 60,00 |        |       |       |       |        |              |
| 01.11.-31.12. -30%                                                 | 85,80  | 60,00 |        |       |       |       |        |              |
| 01.01-29.02 - 35%                                                  | 92,40  | 60,00 |        |       |       |       |        |              |
| 01.03. - 40%                                                       | 100,20 | 60,00 |        |       |       |       |        |              |
| горох лущёный                                                      | 20,00  | 20,00 |        |       |       |       |        |              |
| масло сливочное                                                    | 5,00   | 5,00  |        |       |       |       |        |              |
| или масло растительное                                             | 5,00   | 5,00  |        |       |       |       |        |              |
| лук репчатый                                                       | 9,52   | 8,00  |        |       |       |       |        |              |
| морковь до 01.01.-20%                                              | 16,25  | 13,00 |        |       |       |       |        |              |

|                                               |        |               |            |              |             |              |               |                     |
|-----------------------------------------------|--------|---------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------------|
| с 01.01 - 25%                                 | 17,29  | 13,00         |            |              |             |              |               |                     |
| соль йодированная                             | 1,50   | 1,50          |            |              |             |              |               |                     |
| бульон куриный                                | 175,00 | 175,00        |            |              |             |              |               |                     |
| хлеб пшеничный                                | 24,00  | 15,00         |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Котлета по-хлыновски</b>                   |        |               | <b>90</b>  | <b>12,05</b> | <b>8,62</b> | <b>19,88</b> | <b>189,65</b> | <b>№ 316а -2006</b> |
| грудка куриная н/к ( филе с кожей без костей) | 58,00  | 40,00         |            |              |             |              |               |                     |
| фарш говяжий                                  | 31,62  | 31,00         |            |              |             |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                | 22,61  | 17,00         |            |              |             |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                            | 24,31  | 17,00         |            |              |             |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                             | 26,18  | 17,00         |            |              |             |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                                   | 28,39  | 17,00         |            |              |             |              |               |                     |
| лук репчатый                                  | 9,52   | 8,00          |            |              |             |              |               |                     |
| яйцо куриное                                  | 2,00   | 2,00          |            |              |             |              |               |                     |
| соль йодированная                             | 0,60   | 0,60          |            |              |             |              |               |                     |
| <b>масса полуфабриката</b>                    |        | <b>103,00</b> |            |              |             |              |               |                     |
| сухарь панировочный                           | 5,00   | 5,00          |            |              |             |              |               |                     |
| <b>масса полуфабриката</b>                    |        | <b>108,00</b> |            |              |             |              |               |                     |
| масло растительное                            | 0,70   | 0,70          |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Капуста тушеная</b>                        |        |               | <b>150</b> | <b>3,50</b>  | <b>5,10</b> | <b>17,89</b> | <b>142,63</b> | <b>708-2006</b>     |
| капуста б/к                                   | 193,75 | 155,00        |            |              |             |              |               |                     |

|                                                                       |        |        |            |              |              |               |                |                 |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----------------|
| морковь                                                               | 22,50  | 18,00  |            |              |              |               |                |                 |
| томатная паста                                                        | 4,00   | 4,00   |            |              |              |               |                |                 |
| лук репчатый                                                          | 10,71  | 9,00   |            |              |              |               |                |                 |
| мука пшеничная в/с                                                    | 2,30   | 2,30   |            |              |              |               |                |                 |
| соль йодированная                                                     | 1,50   | 1,50   |            |              |              |               |                |                 |
| масло растительное                                                    | 5,00   | 5,00   |            |              |              |               |                |                 |
| <b>Компот с изюмом + Витамин С</b>                                    |        |        | <b>200</b> | <b>0,12</b>  | <b>0,12</b>  | <b>15,06</b>  | <b>62,28</b>   | <b>348-2011</b> |
| изюм                                                                  | 15,00  | 15,00  |            |              |              |               |                |                 |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |            |              |              |               |                |                 |
| аскорбиновая кислота                                                  | 0,06   | 0,06   |            |              |              |               |                |                 |
| вода питьевая                                                         | 180,00 | 180,00 |            |              |              |               |                |                 |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |        |        | 25         | 1,65         | 0,30         | 8,55          | 43,00          |                 |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 30         | 1,97         | 0,25         | 13,28         | 90,00          |                 |
| <b>ИТОГО:</b>                                                         |        |        |            | <b>27,05</b> | <b>28,19</b> | <b>121,57</b> | <b>860,30</b>  |                 |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                                 |        |        |            | <b>47,13</b> | <b>47,67</b> | <b>206,05</b> | <b>1469,44</b> |                 |

## 8 день

| Наименование блюда         | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |           |
|----------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------|
|                            |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |           |
| Нарезка из отварной свеклы |           |          | 60                | 0,98     | 0,10    | 5,28   | 20,20    | № 44-1996 |

|                                                                              |       |              |           |             |             |             |               |                    |
|------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|-----------|-------------|-------------|-------------|---------------|--------------------|
| свекла - до 01.01 - 25%                                                      | 81,75 | 65,40        |           |             |             |             |               |                    |
| с 01.01 - 33%                                                                | 86,98 | 65,40        |           |             |             |             |               |                    |
| <b>масса отварной свеклы</b>                                                 |       | <b>60,00</b> |           |             |             |             |               |                    |
| зелень свежая                                                                | 0,68  | 0,50         |           |             |             |             |               |                    |
| ИЛИ                                                                          |       |              |           |             |             |             |               |                    |
| <b>Нарезка из свежих помидор с маслом</b>                                    |       |              | <b>60</b> | <b>0,68</b> | <b>3,50</b> | <b>3,90</b> | <b>50,50</b>  | <b>№ 15/1-2011</b> |
| помидоры свежие грунтовые                                                    | 60,90 | 58,00        |           |             |             |             |               |                    |
| или помидоры свежие парниковые                                               | 60,90 | 58,00        |           |             |             |             |               |                    |
| масло растительное                                                           | 4,00  | 4,00         |           |             |             |             |               |                    |
| зелень свежая                                                                | 0,68  | 0,50         |           |             |             |             |               |                    |
| <b>Сердце говяжье в соусе</b>                                                |       |              | <b>90</b> | <b>8,43</b> | <b>6,30</b> | <b>5,00</b> | <b>113,00</b> | <b>№593-2006</b>   |
| сердце говяжье                                                               | 79,03 | 72,50        |           |             |             |             |               |                    |
| <b>масса отварного мяса</b>                                                  |       | <b>50,00</b> |           |             |             |             |               |                    |
| морковь до 01.01.-25%                                                        | 10    | 8            |           |             |             |             |               |                    |
| с 01.01 - 33%                                                                | 11    | 8            |           |             |             |             |               |                    |
| лук репчатый                                                                 | 6     | 5            |           |             |             |             |               |                    |
| <b>соус</b>                                                                  |       | <b>50,00</b> |           |             |             |             |               |                    |
| сметана                                                                      | 11,00 | 11,00        |           |             |             |             |               |                    |
| мука пшеничная                                                               | 3,80  | 3,80         |           |             |             |             |               |                    |
| вода питьевая                                                                | 40,00 | 40,00        |           |             |             |             |               |                    |
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 1,30  | 1,30         |           |             |             |             |               |                    |

|                                                                              |        |              |            |             |             |              |               |                   |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| <div></div> или                                                              |        |              |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Печень по строгановски</b>                                                |        |              | <b>90</b>  | <b>11,3</b> | <b>7,5</b>  | <b>0,8</b>   | <b>116</b>    |                   |
| печень говяжья                                                               | 75,90  | 69,00        |            |             |             |              |               |                   |
| или масло растительное                                                       | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72,5%                                                        | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                   |
| <b>соус</b>                                                                  |        | <b>50,00</b> |            |             |             |              |               |                   |
| сметана                                                                      | 10,00  | 10,00        |            |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная                                                               | 3,80   | 3,80         |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 40,00  | 40,00        |            |             |             |              |               |                   |
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 1,30   | 1,30         |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Макароны отварные</b>                                                     |        |              | <b>150</b> | <b>4,62</b> | <b>1,90</b> | <b>37,08</b> | <b>176,00</b> | <b>№ 309-2011</b> |
| макаронные изделия                                                           | 60,00  | 60,00        |            |             |             |              |               |                   |
| соль йодированная                                                            | 1,20   | 1,20         |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 157,50 | 157,50       |            |             |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Кофейный напиток</b>                                                      |        |              | <b>200</b> | <b>2,1</b>  | <b>2,9</b>  | <b>21,4</b>  | <b>124</b>    | <b>№692-2004</b>  |
| кофейный напиток                                                             | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 100,00 | 100,00       |            |             |             |              |               |                   |
| сахар песок                                                                  | 9,00   | 9,00         |            |             |             |              |               |                   |
| молоко питьеое 2,5% жирности                                                 | 100,00 | 100,00       |            |             |             |              |               |                   |
| <div></div> или                                                              |        |              |            |             |             |              |               |                   |

|                                                                              |        |              |                 |              |              |              |               |                    |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| <b>Чай с молоком и сахаром</b>                                               |        |              | <b>200</b>      | <b>1,55</b>  | <b>1,28</b>  | <b>14,41</b> | <b>75,64</b>  | <b>№ 685-2004</b>  |
| чай чёрный                                                                   | 0,50   | 0,50         |                 |              |              |              |               |                    |
| сахар песок                                                                  | 9,00   | 9,00         |                 |              |              |              |               |                    |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 50,00  | 50,00        |                 |              |              |              |               |                    |
| вода питьевая                                                                | 150,00 | 150,00       |                 |              |              |              |               |                    |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |              | <b>20</b>       | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b>  | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                    |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |              | <b>40</b>       | <b>2,00</b>  | <b>0,60</b>  | <b>16,20</b> | <b>77,80</b>  |                    |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |              |                 | <b>18,28</b> | <b>18,90</b> | <b>87,37</b> | <b>582,60</b> |                    |
| <b>Обед</b>                                                                  |        |              |                 |              |              |              |               |                    |
| <b>Нарезка из свежих огурцов с маслом</b>                                    |        |              | <b>60</b>       | <b>0,42</b>  | <b>3,05</b>  | <b>1,14</b>  | <b>109,60</b> | <b>№ 14/1-2011</b> |
| огурцы свежие грунтовые                                                      | 60,90  | 58,00        |                 |              |              |              |               |                    |
| или огурцы свежие парниковые                                                 | 60,90  | 58,00        |                 |              |              |              |               |                    |
| масло растительное                                                           | 4,00   | 4,00         |                 |              |              |              |               |                    |
| соль йодированная                                                            | 0,85   | 0,85         |                 |              |              |              |               |                    |
| зелень свежая                                                                | 0,68   | 0,50         |                 |              |              |              |               |                    |
| <b>Щи из свежей капусты с мясом и сметаной</b>                               |        |              | <b>220/10/3</b> | <b>4,12</b>  | <b>6,10</b>  | <b>20,12</b> | <b>143,25</b> | <b>(120-1996)</b>  |
| говядина 1 категории                                                         | 16,80  | 16,00        |                 |              |              |              |               |                    |
| или курица-тушка                                                             | 15,95  | 14,50        |                 |              |              |              |               |                    |
| <i>масса отварного мяса</i>                                                  |        | <i>10,00</i> |                 |              |              |              |               |                    |
| капуста б/кочанная                                                           | 50,00  | 40,00        |                 |              |              |              |               |                    |

|                                                                                                             |        |        |            |             |             |            |              |                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|-------------|-------------|------------|--------------|------------------|
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                                              | 31,92  | 24,00  |            |             |             |            |              |                  |
| 01.11.-31.12. -30%                                                                                          | 34,32  | 24,00  |            |             |             |            |              |                  |
| 01.01-29.02 - 35%                                                                                           | 36,96  | 24,00  |            |             |             |            |              |                  |
| 01.03. - 40%                                                                                                | 40,08  | 24,00  |            |             |             |            |              |                  |
| морковь до 01.01.-20%                                                                                       | 12,00  | 9,60   |            |             |             |            |              |                  |
| с 01.01 - 25%                                                                                               | 12,77  | 9,60   |            |             |             |            |              |                  |
| лук репчатый                                                                                                | 9,52   | 8,00   |            |             |             |            |              |                  |
| масло сливочное                                                                                             | 5,00   | 5,00   |            |             |             |            |              |                  |
| или масло растительное                                                                                      | 5,00   | 5,00   |            |             |             |            |              |                  |
| лавровый лист                                                                                               | 0,01   | 0,01   |            |             |             |            |              |                  |
| вода питьевая                                                                                               | 160,00 | 160,00 |            |             |             |            |              |                  |
| соль йодированная                                                                                           | 1,20   | 1,20   |            |             |             |            |              |                  |
| сметана 15%                                                                                                 | 3,00   | 3,00   |            |             |             |            |              |                  |
| томатная паста( без консервантов и красителей)                                                              | 2,00   | 2,00   |            |             |             |            |              |                  |
| масло сливочное                                                                                             | 3,00   | 3,00   |            |             |             |            |              |                  |
| <b>Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"</b>                                                       |        |        | <b>100</b> | <b>16,2</b> | <b>13,9</b> | <b>5,1</b> | <b>212,4</b> | <b>№494-2004</b> |
| грудка куриная на кости                                                                                     | 157    | 149    |            |             |             |            |              |                  |
| или бедро куриное                                                                                           | 138    | 125    |            |             |             |            |              |                  |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5,00   | 5,00   |            |             |             |            |              |                  |
| чеснок                                                                                                      | 0,6    | 0,5    |            |             |             |            |              |                  |
| масло растительное                                                                                          | 2      | 2      |            |             |             |            |              |                  |

|                                                                              |        |        |            |             |             |              |               |                   |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| <b>Соус сметанный</b>                                                        |        |        | <b>30</b>  |             |             |              |               |                   |
| сметана                                                                      | 7,50   | 7,50   |            |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная                                                               | 2,25   | 2,25   |            |             |             |              |               |                   |
| вода                                                                         | 22,50  | 22,50  |            |             |             |              |               |                   |
| соль йодированная                                                            | 0,20   | 0,20   |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Рис отварной</b>                                                          |        |        | <b>150</b> | <b>3,64</b> | <b>5,37</b> | <b>37,25</b> | <b>202,14</b> | <b>305-2011</b>   |
| крупа рис пропаренный                                                        | 45,00  | 45,00  |            |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                                                                | 110,20 | 110,20 |            |             |             |              |               |                   |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 5,00   | 5,00   |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Компот из ягодной смеси</b>                                               |        |        | <b>200</b> | <b>0,10</b> | <b>0,00</b> | <b>12,68</b> | <b>47,90</b>  | <b>357-2002</b>   |
| ягодная смесь "Рябинка"                                                      | 20,00  | 20,00  |            |             |             |              |               |                   |
| или ягодная смесь "Я Вишенка"                                                | 20,00  | 20,00  |            |             |             |              |               |                   |
| или ягодно-яблочная смесь                                                    | 20,00  | 20,00  |            |             |             |              |               |                   |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |            |             |             |              |               |                   |
| ИЛИ                                                                          |        |        |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Чай с лимоном</b>                                                         |        |        | <b>200</b> | <b>0,78</b> | <b>0,01</b> | <b>13,68</b> | <b>55,88</b>  | <b>№ 106-2006</b> |
| Лимон                                                                        | 5,00   | 5,00   |            |             |             |              |               |                   |
| чай черный                                                                   | 0,50   | 0,50   |            |             |             |              |               |                   |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |            |             |             |              |               |                   |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>25</b>  | <b>1,65</b> | <b>0,30</b> | <b>8,55</b>  | <b>43,00</b>  |                   |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>30</b>  | <b>1,97</b> | <b>0,25</b> | <b>13,28</b> | <b>90,00</b>  |                   |

|                |       |       |        |         |  |
|----------------|-------|-------|--------|---------|--|
| ИТОГО:         | 28,10 | 28,95 | 111,80 | 856,23  |  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 46,38 | 47,85 | 199,17 | 1438,83 |  |

| 9 день                             |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
|------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
| Наименование блюда                 | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |                 |
|                                    |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Наименование блюда                 | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|                                    |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Нарезка из свежих огурцов с маслом |           |          | 60                | 0,42     | 3,05    | 1,14   | 47,46    | (№ 14/1-2011)   |
| огурцы свежие грунтовые            | 58,80     | 56,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или огурцы свежие парниковые       | 58,80     | 56,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| масло растительное                 | 4,00      | 4,00     |                   |          |         |        |          |                 |
| соль йодированая                   | 0,30      | 0,30     |                   |          |         |        |          |                 |
| зелень свежая                      | 0,68      | 0,50     |                   |          |         |        |          |                 |
| или                                |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Винегрет овощной                   |           |          | 60                | 1,5      | 5,0     | 13,9   | 111      | №71-2004        |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%     | 20        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                 | 21        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                  | 23        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.03 - 40%                        | 26        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |

|                                                                               |       |              |           |              |             |              |               |                   |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|-----------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| <b>масса отварного картофеля</b>                                              |       | <b>15</b>    |           |              |             |              |               |                   |
| свекла до 01.01.-20%                                                          | 14    | 11           |           |              |             |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                                                 | 14    | 11           |           |              |             |              |               |                   |
| <b>масса отварной свеклы</b>                                                  |       | <b>10</b>    |           |              |             |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                                                         | 21    | 17           |           |              |             |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                                                 | 22    | 17           |           |              |             |              |               |                   |
| <b>масса отварной моркови</b>                                                 |       | <b>16</b>    |           |              |             |              |               |                   |
| огурцы соленые без уксуса                                                     | 15    | 8            |           |              |             |              |               |                   |
| лук репчатый                                                                  | 11    | 9            |           |              |             |              |               |                   |
| или лук зеленый                                                               | 9     | 9            |           |              |             |              |               |                   |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> |       |              |           |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                                                            | 3     | 3            |           |              |             |              |               |                   |
| зелень свежая (петрушка, укроп)                                               | 0,675 | 0,5          |           |              |             |              |               |                   |
| <b>Рыба запеченая под овощами</b>                                             |       |              | <b>90</b> | <b>13,60</b> | <b>9,30</b> | <b>20,12</b> | <b>195,60</b> | <b>№374 -2004</b> |
| Филе минтая промышленного производства                                        | 96,00 | 60,00        |           |              |             |              |               |                   |
| или горбуша с/м потрошенная б/г                                               | 96,00 | 60,00        |           |              |             |              |               |                   |
| <b>масса запеченой рыбы</b>                                                   |       | <b>50,00</b> |           |              |             |              |               |                   |
| масло растительное                                                            | 2,00  | 2,00         |           |              |             |              |               |                   |
| соль йодированная                                                             | 1,00  | 1,00         |           |              |             |              |               |                   |
| лук репчатый                                                                  | 17,85 | 15,00        |           |              |             |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                                                         | 37,50 | 30,00        |           |              |             |              |               |                   |

|                                                                              |        |        |            |             |             |              |               |                     |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------------|
| с 01.01 - 25%                                                                | 39,90  | 30,00  |            |             |             |              |               |                     |
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 5,00   | 5,00   |            |             |             |              |               |                     |
| <b>Пюре картофельное</b>                                                     |        |        | <b>150</b> | <b>3,25</b> | <b>4,70</b> | <b>21,01</b> | <b>143,76</b> | <b>(№ 312-2011)</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                               | 170,24 | 128,00 |            |             |             |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                                                           | 183,04 | 128,00 |            |             |             |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                                                            | 197,12 | 128,00 |            |             |             |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                                                                  | 213,76 | 128,00 |            |             |             |              |               |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 22,50  | 22,50  |            |             |             |              |               |                     |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 4,00   | 4,00   |            |             |             |              |               |                     |
| или                                                                          |        |        |            |             |             |              |               |                     |
| <b>Рис припущенный ( 305-2011)</b>                                           |        |        | <b>150</b> | <b>2,76</b> | <b>5,78</b> | <b>16,89</b> | <b>220,93</b> | <b>(№ 305-2011)</b> |
| крупа рис пропаренный                                                        | 52,50  | 52,50  |            |             |             |              |               |                     |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 4,00   | 4,00   |            |             |             |              |               |                     |
| <b>Соус томатный</b>                                                         |        |        | <b>30</b>  |             |             |              |               | <b>№ 601-2004</b>   |
| паста томатная                                                               | 6,00   | 6,00   |            |             |             |              |               |                     |
| мука пшеничная                                                               | 1,50   | 1,50   |            |             |             |              |               |                     |
| вода                                                                         | 25,50  | 25,50  |            |             |             |              |               |                     |
| соль йодированная                                                            | 0,20   | 0,20   |            |             |             |              |               |                     |
| <b>Чай с сахаром</b>                                                         |        |        | <b>200</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>(№ 268-2004)</b> |
| чай заварка                                                                  | 1,50   | 1,50   |            |             |             |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                | 200,00 | 200,00 |            |             |             |              |               |                     |

|                                                                 |        |              |                 |              |              |              |               |                |
|-----------------------------------------------------------------|--------|--------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| сахар песок                                                     | 9,00   | 9,00         |                 |              |              |              |               |                |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов |        |              | 40              | 1,40         | 0,20         | 18,80        | 82,60         |                |
| <b>ИТОГО:</b>                                                   |        |              |                 | <b>19,76</b> | <b>19,20</b> | <b>83,81</b> | <b>572,44</b> |                |
| <b>Обед</b>                                                     |        |              |                 |              |              |              |               |                |
| Овощи натуральные соленые                                       |        |              | 60              | 0,48         | 0,07         | 1,22         | 8,20          |                |
| огурцы соленые                                                  | 114,00 | 60,00        |                 |              |              |              |               |                |
| или                                                             |        |              |                 |              |              |              |               |                |
| Кукуруза консервированная                                       |        |              | 60              | 2,59         | 0,39         | 13,99        | 69,99         | 2011,00        |
| кукуруза консервированная                                       | 99,00  | 60,00        |                 |              |              |              |               |                |
| <b>Свекольник с мясом со сметаной</b>                           |        |              | <b>200/15/3</b> | <b>2,13</b>  | <b>12,80</b> | <b>12,45</b> | <b>156,00</b> | <b>55-2011</b> |
| говядина 1 категории                                            | 25,20  | 24,00        |                 |              |              |              |               | ,              |
| или курица-тушка                                                | 23,93  | 21,75        |                 |              |              |              |               |                |
| <i>масса отварного мяса</i>                                     |        | <b>15,00</b> |                 |              |              |              |               |                |
| свекла до 01.01 -20%                                            | 60,00  | 48,00        |                 |              |              |              |               |                |
| с 01.01 - 25%                                                   | 63,84  | 48,00        |                 |              |              |              |               |                |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                  | 42,56  | 32,00        |                 |              |              |              |               |                |
| 01.11.-31.12. -30%                                              | 45,76  | 32,00        |                 |              |              |              |               |                |
| 01.01-29.02 - 35%                                               | 49,28  | 32,00        |                 |              |              |              |               |                |
| 01.03. - 40%                                                    | 53,44  | 32,00        |                 |              |              |              |               |                |
| морковь до 01.01.-20%                                           | 10,00  | 8,00         |                 |              |              |              |               |                |
| с 01.01 - 25%                                                   | 10,64  | 8,00         |                 |              |              |              |               |                |
| лук репчатый                                                    | 7,62   | 6,40         |                 |              |              |              |               |                |

|                                                |        |              |            |              |              |              |               |                    |
|------------------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| томатная паста( без консервантов и красителей) | 2,00   | 2,00         |            |              |              |              |               |                    |
| масло сливочное                                | 4,00   | 4,00         |            |              |              |              |               |                    |
| или масло растительное                         | 4,00   | 4,00         |            |              |              |              |               |                    |
| сметана                                        | 2,40   | 2,40         |            |              |              |              |               |                    |
| <b>Гуляш из мяса</b>                           |        |              | <b>90</b>  | <b>11,19</b> | <b>11,75</b> | <b>3,06</b>  | <b>251,36</b> | <b>тк 260-2011</b> |
| говядина 1 категории                           | 67,20  | 64,00        |            |              |              |              |               |                    |
| или филе куриное                               | 67,50  | 50,00        |            |              |              |              |               |                    |
| или свинина нежирная                           | 58,80  | 56,00        |            |              |              |              |               |                    |
| <b>масса тушеного мяса</b>                     |        | <b>40,00</b> |            |              |              |              |               |                    |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 5,00   | 5,00         |            |              |              |              |               |                    |
| лук репчатый                                   | 7,14   | 6,00         |            |              |              |              |               |                    |
| мука пшеничная в/с                             | 2,00   | 2,00         |            |              |              |              |               |                    |
| масло растительное                             | 3,00   | 3,00         |            |              |              |              |               |                    |
| вода питьевая                                  | 50,00  | 50,00        |            |              |              |              |               |                    |
| или                                            |        |              |            |              |              |              |               |                    |
| <b>Капуста тушеная</b>                         |        |              | <b>150</b> | <b>3,50</b>  | <b>5,10</b>  | <b>17,89</b> | <b>142,63</b> | <b>тк 708-2006</b> |
| капуста б/к                                    | 193,75 | 155,00       |            |              |              |              |               |                    |
| морковь                                        | 22,50  | 18,00        |            |              |              |              |               |                    |
| томатная паста                                 | 4,00   | 4,00         |            |              |              |              |               |                    |
| лук репчатый                                   | 10,71  | 9,00         |            |              |              |              |               |                    |
| мука пшеничная в/с                             | 2,30   | 2,30         |            |              |              |              |               |                    |
| соль йодированная                              | 1,50   | 1,50         |            |              |              |              |               |                    |

|                                                                       |        |        |     |       |       |        |         |                                     |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|-------|-------|--------|---------|-------------------------------------|
| масло растительное                                                    | 5,00   | 5,00   |     |       |       |        |         |                                     |
| или                                                                   |        |        |     |       |       |        |         |                                     |
| Макароны отварные                                                     |        |        | 150 | 5,82  | 1,90  | 37,08  | 176,00  | № 309-2011                          |
| макароны отварные                                                     | 60,00  | 60,00  |     |       |       |        |         |                                     |
| соль йодированная                                                     | 1,20   | 1,20   |     |       |       |        |         |                                     |
| вода питьевая                                                         | 157,50 | 157,50 |     |       |       |        |         |                                     |
| масло сливочное 72.5 %                                                | 5,00   | 5,00   |     |       |       |        |         |                                     |
| Напиток витаминизированный "Витошка"                                  |        |        | 200 | -     | -     | 23,0   | 111,0   | ГД<br>10.86.10.590-<br>002-17840001 |
| Смесь для напитка Витошка                                             | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |         |                                     |
| Вода для напитка                                                      | 200,00 | 200,00 |     |       |       |        |         |                                     |
| или                                                                   |        |        |     |       |       |        |         |                                     |
| Компот из сухофруктов +Витамин С                                      |        |        | 200 | 0,60  | 0,08  | 21,52  | 90,70   | № 350-2011                          |
| сухофрукты                                                            | 19,00  | 19,00  |     |       |       |        |         |                                     |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |     |       |       |        |         |                                     |
| вода питьевая                                                         | 185,00 | 185,00 |     |       |       |        |         |                                     |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |        |        | 50  | 3,30  | 0,60  | 17,10  | 86,00   |                                     |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 40  | 3,24  | 0,40  | 19,52  | 77,60   |                                     |
| ИТОГО:                                                                |        |        |     | 26,76 | 27,60 | 111,95 | 845,86  |                                     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |        |        |     | 46,52 | 46,80 | 195,76 | 1418,30 |                                     |
| 10 день                                                               |        |        |     |       |       |        |         |                                     |

| Наименование блюда                                      | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |             |             |             |              |                     |
|---------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
|                                                         |           |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | ЭЦ, ккал     |                     |
| <b>Салат из белокачанной капусты с морковью до 1.03</b> |           |          | <b>60</b>         | <b>0,99</b> | <b>3,05</b> | <b>5,66</b> | <b>54,48</b> | <b>( № 4-2005 )</b> |
| капуста б/кочанная                                      | 60,00     | 48,00    |                   |             |             |             |              |                     |
| морковь до 01.01.-20%                                   | 7,50      | 6,00     |                   |             |             |             |              |                     |
| с 01.01 - 25%                                           | 7,98      | 6,00     |                   |             |             |             |              |                     |
| кислота лимонная                                        | 0,15      | 0,15     |                   |             |             |             |              |                     |
| вода                                                    | 2,00      | 2,00     |                   |             |             |             |              |                     |
| сахар песок                                             | 3,00      | 3,00     |                   |             |             |             |              |                     |
| зелень свежая                                           | 1,35      | 1,00     |                   |             |             |             |              |                     |
| масло растительное                                      | 3,00      | 3,00     |                   |             |             |             |              |                     |
| вода                                                    | 1,98      | 1,98     |                   |             |             |             |              |                     |
| или                                                     |           |          |                   |             |             |             |              |                     |
| <b>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</b>       | 114       | 60       | <b>60</b>         | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>1,0</b>  | <b>6,4</b>   | <b>№101-2004</b>    |
| или                                                     |           |          |                   |             |             |             |              |                     |
| <b>Яйцо отварное с зеленым горошком</b>                 |           |          | <b>60</b>         | <b>5,28</b> | <b>4,84</b> | <b>5,30</b> | <b>65,12</b> |                     |
| яйцо отварное                                           | 40,00     | 40,00    |                   |             |             |             |              |                     |
| горошек зеленый консервированный                        | 30,80     | 20,00    |                   |             |             |             |              |                     |

|                                     |        |               |              |             |              |              |               |                      |
|-------------------------------------|--------|---------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|
| <b>Фрикадельки в соусе</b>          |        |               | <b>90/30</b> | <b>7,01</b> | <b>10,02</b> | <b>10,36</b> | <b>152,78</b> | <b>( № 280-211)</b>  |
| филе куриное                        | 51,45  | 49,00         |              |             |              |              |               |                      |
| фарш говяжий пром.производства      | 20,40  | 20,00         |              |             |              |              |               |                      |
| хлеб пшеничный                      | 13,50  | 13,50         |              |             |              |              |               |                      |
| вода питьевая                       | 10,00  | 10,00         |              |             |              |              |               |                      |
| лук репчатый                        | 8,93   | 7,50          |              |             |              |              |               |                      |
| соль йодированная                   | 0,80   | 0,80          |              |             |              |              |               |                      |
| яйцо куриное                        | 3,00   | 3,00          |              |             |              |              |               |                      |
| мука пшеничная                      | 5,00   | 5,00          |              |             |              |              |               |                      |
| <b>масса п/ф</b>                    |        | <b>108,00</b> |              |             |              |              |               |                      |
| масло растительное для смазки листа | 0,65   | 0,65          |              |             |              |              |               |                      |
| <b>Соус сметанный</b>               |        | <b>30</b>     |              |             |              |              |               | <b>( № 330-2011)</b> |
| сметана 15%                         | 8,40   | 8,00          |              |             |              |              |               |                      |
| мука пшеничная                      | 2,25   | 2,25          |              |             |              |              |               |                      |
| вода                                | 22,50  | 22,50         |              |             |              |              |               |                      |
| <b>Гречка рассыпчатая</b>           |        |               | <b>150</b>   | <b>4,00</b> | <b>5,28</b>  | <b>28,62</b> | <b>187,05</b> | <b>(№ 67-2011)</b>   |
| крупа гречневая                     | 52,50  | 52,50         |              |             |              |              |               |                      |
| вода питьевая                       | 106,50 | 106,50        |              |             |              |              |               |                      |
| масло сливочное 72.5 %              | 4,00   | 4,00          |              |             |              |              |               |                      |
| соль йодированная                   | 1,50   | 1,50          |              |             |              |              |               |                      |
| <b>Компот из яблок +Витамин С</b>   |        |               | <b>200</b>   | <b>0,08</b> | <b>0,08</b>  | <b>13,94</b> | <b>67,28</b>  |                      |
| яблоки свежие                       | 27,12  | 24,00         |              |             |              |              |               |                      |

|                                                                           |        |              |            |              |              |              |               |                     |
|---------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| сахар песок                                                               | 9,00   | 9,00         |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                             | 200    | 200          |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Чай с сахаром</b>                                                      |        |              | <b>200</b> | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b>  | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>(№ 268-2004)</b> |
| чай заварка                                                               | 0,50   | 0,50         |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                             | 200,00 | 200,00       |            |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                               | 9,00   | 9,00         |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>    |        |              | <b>20</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b>  | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                     |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b> |        |              | <b>25</b>  | <b>1,97</b>  | <b>0,22</b>  | <b>13,28</b> | <b>56,74</b>  |                     |
| <b>ИТОГО:</b>                                                             |        |              |            | <b>19,04</b> | <b>20,54</b> | <b>80,90</b> | <b>570,27</b> |                     |
| <b>Обед</b>                                                               |        |              |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Салат из свежих огурцов с перцем болгарским</b>                        |        |              | <b>60</b>  |              |              |              |               | <b>61-2006</b>      |
| перец                                                                     | 16,25  | 13,00        |            | <b>0,80</b>  | <b>3,00</b>  | <b>2,80</b>  | <b>67,20</b>  |                     |
| огурец свежий                                                             | 47,25  | 45,0         |            |              |              |              |               |                     |
| зелень                                                                    | 0,68   | 0,50         |            |              |              |              |               |                     |
| соль                                                                      | 1,00   | 1,00         |            |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                        | 3,00   | 3,00         |            |              |              |              |               |                     |
| <b>или</b>                                                                |        |              |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Салат из моркови с сыром</b>                                           |        |              | <b>60</b>  | <b>1,15</b>  | <b>2,08</b>  | <b>6,69</b>  | <b>53,69</b>  | <b>( № 10-2001)</b> |
| морковь - до 01.01 - 20%                                                  | 70,85  | 56,68        |            |              |              |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                                                             | 75,38  | 56,68        |            |              |              |              |               |                     |
| <b>масса отварной моркови</b>                                             |        | <b>50,00</b> |            |              |              |              |               |                     |
| сыр                                                                       | 8,08   | 8,00         |            |              |              |              |               |                     |

|                                                        |        |        |                 |             |             |              |               |                 |
|--------------------------------------------------------|--------|--------|-----------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----------------|
| масло растительное                                     | 2,00   | 2,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| зелень свежая                                          | 0,81   | 0,60   |                 |             |             |              |               |                 |
| <b>Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной</b> |        |        | <b>200/5</b>    | <b>7,8</b>  | <b>5,02</b> | <b>15,07</b> | <b>100,20</b> | <b>129-1996</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                         | 55,86  | 42,00  |                 |             |             |              |               |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                                     | 60,06  | 42,00  |                 |             |             |              |               |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                                      | 64,68  | 42,00  |                 |             |             |              |               |                 |
| 01.03 - 40%                                            | 70,14  | 42,00  |                 |             |             |              |               |                 |
| крупа перловая                                         | 4,80   | 4,80   |                 |             |             |              |               |                 |
| морковь до 01.01.-20%                                  | 10,00  | 8,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| с 01.01 - 25%                                          | 10,64  | 8,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| лук репчатый                                           | 7,62   | 6,40   |                 |             |             |              |               |                 |
| лавровый лист                                          | 0,01   | 0,01   |                 |             |             |              |               |                 |
| огурцы соленые                                         | 13,36  | 8,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| масло сливочное                                        | 3,00   | 3,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| или масло растительное                                 | 3,00   | 3,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| вода                                                   | 150,00 | 150,00 |                 |             |             |              |               |                 |
| сметана 15%                                            | 5,00   | 5,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| зелень свежая                                          | 1,35   | 1,00   |                 |             |             |              |               |                 |
| <b>ИЛИ</b>                                             |        |        |                 |             |             |              |               |                 |
| <b>Суп "Солнечный день "</b>                           |        |        | <b>200/10/3</b> | <b>6,19</b> | <b>9,32</b> | <b>12,84</b> | <b>231,47</b> | <b>204-2006</b> |
| говядина 1 категории                                   | 16,80  | 16,00  |                 |             |             |              |               |                 |
| или курица-тушка                                       | 15,95  | 14,50  |                 |             |             |              |               |                 |

|                                |        |              |            |             |              |              |               |                    |
|--------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| <i>масса готового продукта</i> |        | <b>10</b>    |            |             |              |              |               |                    |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 63,84  | 48,00        |            |             |              |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -30%             | 68,64  | 48,00        |            |             |              |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 35%              | 73,92  | 48,00        |            |             |              |              |               |                    |
| 01.03. - 40%                   | 80,16  | 48,00        |            |             |              |              |               |                    |
| морковь до 01.01 -20%          | 13,00  | 10,40        |            |             |              |              |               |                    |
| морковь от 01.01-25%           | 13,83  | 10,40        |            |             |              |              |               |                    |
| лук репчатый                   | 9,52   | 8,00         |            |             |              |              |               |                    |
| лавровый лист                  | 0,01   | 0,01         |            |             |              |              |               |                    |
| вода                           | 150,00 | 150,00       |            |             |              |              |               |                    |
| крупа рис пропаренный          | 4,80   | 4,80         |            |             |              |              |               |                    |
| масло сливочное                | 3,00   | 3,00         |            |             |              |              |               |                    |
| или масло растительное         | 3,00   | 3,00         |            |             |              |              |               |                    |
| соль йодированная              | 1,20   | 1,20         |            |             |              |              |               |                    |
| сметана 15%                    | 3,00   | 3,00         |            |             |              |              |               |                    |
| <b>Рагу овощное с мясом</b>    |        |              | <b>200</b> | <b>9,32</b> | <b>18,12</b> | <b>35,25</b> | <b>273,54</b> | <b>(№ 89-2010)</b> |
| свинина                        | 67,20  | 64,00        |            |             |              |              |               |                    |
| или грудка н/к                 | 52,50  | 50,00        |            |             |              |              |               |                    |
| или филе куриное               | 53,68  | 48,80        |            |             |              |              |               |                    |
| <b>масса готового мяса</b>     |        | <b>40,00</b> |            |             |              |              |               |                    |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25% | 106,40 | 80,00        |            |             |              |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -30%             | 114,40 | 80,00        |            |             |              |              |               |                    |

|                                    |        |       |            |             |             |              |              |                 |
|------------------------------------|--------|-------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----------------|
| 01.01-29.02 - 35%                  | 123,20 | 80,00 |            |             |             |              |              |                 |
| 01.03 - 40%                        | 133,60 | 80,00 |            |             |             |              |              |                 |
| морковь до 01.01.-20%              | 31,25  | 25,00 |            |             |             |              |              |                 |
| с 01.01 - 25%                      | 33,25  | 25,00 |            |             |             |              |              |                 |
| капуста б/кочанная                 | 87,50  | 70,00 |            |             |             |              |              |                 |
| лавровый лист                      | 0,01   | 0,01  |            |             |             |              |              |                 |
| лук репчатый                       | 14,28  | 12,00 |            |             |             |              |              |                 |
| томатная паста                     | 5,00   | 5,00  |            |             |             |              |              |                 |
| соль йодированная                  | 1,50   | 1,50  |            |             |             |              |              |                 |
| масло растительное                 | 4,00   | 4,00  |            |             |             |              |              |                 |
| <b>Компот из ягодной смеси</b>     |        |       | <b>200</b> | <b>0,10</b> | <b>0,00</b> | <b>12,78</b> | <b>65,41</b> | <b>357-2002</b> |
| ягодная смесь "Рябинка"            | 20,00  | 20,00 |            |             |             |              |              |                 |
| или ягодная смесь "Я Вишенка"      | 20,00  | 20,00 |            |             |             |              |              |                 |
| или ягодно-яблочная смесь          | 20,00  | 20,00 |            |             |             |              |              |                 |
| сахар песок                        | 10,00  | 10,00 |            |             |             |              |              |                 |
| ИЛИ                                |        |       |            |             |             |              |              |                 |
| <b>Компот из яблок + Витамин С</b> |        |       | <b>200</b> | <b>0,08</b> | <b>0,08</b> | <b>11,94</b> | <b>49,3</b>  | <b>342-2011</b> |
| яблоки свежие                      | 22,60  | 20,00 |            |             |             |              |              |                 |
| аскорбиновая кислота               | 0,06   | 0,06  |            |             |             |              |              |                 |
| сахар песок                        | 10,00  | 10,00 |            |             |             |              |              |                 |
| вода питьевая                      | 180    | 180   |            |             |             |              |              |                 |

|                                                                       |    |       |       |        |         |  |
|-----------------------------------------------------------------------|----|-------|-------|--------|---------|--|
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       | 50 | 3,30  | 0,60  | 17,10  | 86,00   |  |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов | 50 | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00   |  |
| ИТОГО:                                                                |    | 25,70 | 26,40 | 116,60 | 791,00  |  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |    | 44,74 | 46,94 | 197,50 | 1361,27 |  |

11 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|--------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                    |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |

Завтрак

|                               |       |       |       |      |      |       |        |              |
|-------------------------------|-------|-------|-------|------|------|-------|--------|--------------|
| Бутерброд с маслом            |       |       | 20/10 | 1,60 | 8,70 | 9,90  | 124,00 | (№ 1-2014)   |
| хлеб пшеничный                | 20,00 | 20,00 |       |      |      |       |        |              |
| масло сливочное 72,5%         | 10,00 | 10,00 |       |      |      |       |        |              |
| или                           |       |       |       |      |      |       |        |              |
| Бутерброд с джемом            |       |       | 17/15 | 1,30 | 0,20 | 9,20  | 44,40  | (№2-2011)    |
| хлеб пшеничный                | 17,00 | 17,00 |       |      |      |       |        |              |
| джем                          | 15,00 | 15,00 |       |      |      |       |        |              |
| Каша пшеничная с маслом       |       |       | 200/3 | 2,01 |      | 29,53 | 180,00 | ( №264-2013) |
| крупа пшеничная               | 25,00 | 25,00 |       |      |      |       |        |              |
| вода                          | 86,00 | 86,00 |       |      |      |       |        |              |
| молоко питьевое 2,5% жирности | 96,00 | 96,00 |       |      |      |       |        |              |

|                                                 |        |               |                |              |             |              |               |                      |
|-------------------------------------------------|--------|---------------|----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|----------------------|
| сахар песок                                     | 5,00   | 5,00          |                |              |             |              |               |                      |
| <i>масса каши</i>                               |        | 200,00        |                |              |             |              |               |                      |
| масло сливочное 72.5 %                          | 3,00   | 3,00          |                |              |             |              |               |                      |
| <b>Запеканка творожная со сгущенным молоком</b> |        |               | <b>100/20</b>  | <b>14,79</b> | <b>4,36</b> | <b>20,86</b> | <b>227,45</b> | <b>(№219-2011)</b>   |
| творог                                          | 101,0  | 100,00        |                |              |             |              |               |                      |
| яйцо куриное                                    | 3,33   | 3,33          |                |              |             |              |               |                      |
| мука пшеничная в/с                              | 5,33   | 5,33          |                |              |             |              |               |                      |
| крупа манная                                    | 5,33   | 5,33          |                |              |             |              |               |                      |
| сахар песок                                     | 8,00   | 8,00          |                |              |             |              |               |                      |
| <b>масса полуфабриката</b>                      |        | <b>121,99</b> |                |              |             |              |               |                      |
| мука пшеничная в/с                              | 2,53   | 2,53          |                |              |             |              |               |                      |
| масло растительное                              | 1,00   | 1,00          |                |              |             |              |               |                      |
| молоко сгущенное с сахаром 8,5%                 | 20,00  | 20,00         |                |              |             |              |               |                      |
| или                                             |        |               |                |              |             |              |               |                      |
| <b>Сырники творожные со сгущенным молоком</b>   | 116,00 | <b>116,00</b> | <b>100 /20</b> | <b>14,79</b> | <b>4,36</b> | <b>20,86</b> | <b>227,45</b> |                      |
| <b>Чай с лимоном</b>                            |        |               | <b>200/2</b>   | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b> | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>( № 377-2011)</b> |
| чай заварка                                     | 0,50   | 0,50          |                |              |             |              |               |                      |
| лимон                                           | 2,28   | 2,00          |                |              |             |              |               |                      |
| вода питьевая                                   | 200,00 | 200,00        |                |              |             |              |               |                      |
| сахар песок                                     | 9,00   | 9,00          |                |              |             |              |               |                      |
| или                                             |        |               |                |              |             |              |               |                      |
| <b>Кисломолочный напиток "Снежок" 2,5%</b>      |        |               | <b>200</b>     | <b>5,2</b>   | <b>6,4</b>  | <b>9</b>     | <b>114</b>    |                      |

|                                                                 |       |       |       |       |       |       |        |             |
|-----------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов |       |       | 20    | 0,70  | 0,10  | 9,40  | 41,30  |             |
| ИТОГО:                                                          |       |       |       | 19,11 | 19,56 | 79,67 | 612,73 |             |
| Обед                                                            |       |       |       |       |       |       |        |             |
| Нарезка из свежих помидоров с маслом                            |       |       | 60    | 0,68  | 3,50  | 3,90  | 67,33  | № 15/1-2011 |
| помидоры свежие грунтовые                                       | 60,90 | 58,00 |       |       |       |       |        |             |
| или помидоры свежие парниковые                                  | 60,90 | 58,00 |       |       |       |       |        |             |
| масло растительное                                              | 3,00  | 3,00  |       |       |       |       |        |             |
| зелень свежая                                                   | 0,68  | 0,50  |       |       |       |       |        |             |
| или                                                             |       |       |       |       |       |       |        |             |
| Салат из белокочанной капусты с морковью                        |       |       | 60    | 0,96  | 3,08  | 5,76  | 72,74  | 79-2006     |
| капуста б/кочанная                                              | 67,50 | 54,00 |       |       |       |       |        |             |
| морковь до 01.01.-20%                                           | 10,00 | 8,00  |       |       |       |       |        |             |
| с 01.01 - 25%                                                   | 10,64 | 8,00  |       |       |       |       |        |             |
| кислота лимонная                                                | 0,15  | 0,15  |       |       |       |       |        |             |
| вода                                                            | 2,00  | 2,00  |       |       |       |       |        |             |
| сахар песок                                                     | 3,00  | 3,00  |       |       |       |       |        |             |
| масло растительное                                              | 5,00  | 5,00  |       |       |       |       |        |             |
| вода                                                            | 1,98  | 1,98  |       |       |       |       |        |             |
| Суп картофельный со сметаной                                    |       |       | 250/3 | 3,33  | 4,05  | 15,24 | 147,43 | 82-2011     |
| морковь до 01.01.-20%                                           | 18,75 | 15,00 |       |       |       |       |        |             |

|                                                |        |           |           |              |              |              |               |                 |
|------------------------------------------------|--------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| с 01.01 - 25%                                  | 19,95  | 15,00     |           |              |              |              |               |                 |
| лук репчатый                                   | 11,90  | 10,00     |           |              |              |              |               |                 |
| масло сливочное 72.5 %                         | 3,00   | 3,00      |           |              |              |              |               |                 |
| или масло растительное                         | 3,00   | 3,00      |           |              |              |              |               |                 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                 | 99,75  | 75,00     |           |              |              |              |               |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                             | 107,25 | 75,00     |           |              |              |              |               |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                              | 115,50 | 75,00     |           |              |              |              |               |                 |
| 01.03 - 40%                                    | 125,25 | 75,00     |           |              |              |              |               |                 |
| лавровый лист                                  | 0,01   | 0,01      |           |              |              |              |               |                 |
| сметана 15%                                    | 10,00  | 10,00     |           |              |              |              |               |                 |
| вода питьевая                                  | 188,00 | 188,00    |           |              |              |              |               |                 |
| <b>Говядина тушеная с овощами</b>              |        |           | <b>90</b> | <b>14,14</b> | <b>15,37</b> | <b>12,59</b> | <b>254,18</b> | <b>109-2018</b> |
| говядина 1 категории                           | 75,60  | 72,00     |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварного мяса</b>                    |        | <b>45</b> |           |              |              |              |               |                 |
| морковь до 01.01                               | 29,25  | 23,40     |           |              |              |              |               |                 |
| морковь с 01.01                                | 31,12  | 23,40     |           |              |              |              |               |                 |
| лук репчатый                                   | 6,43   | 5,40      |           |              |              |              |               |                 |
| зеленый горошек консервированный               | 15,25  | 9,90      |           |              |              |              |               |                 |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 2,70   | 2,70      |           |              |              |              |               |                 |
| соль йодированная                              | 0,90   | 0,90      |           |              |              |              |               |                 |
| масло растительное                             | 5,00   | 5,00      |           |              |              |              |               |                 |
| вода питьевая                                  | 18,00  | 18,00     |           |              |              |              |               |                 |

|                                                                              |        |        |              |              |              |               |               |                                               |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------------------------------------------|
| <b>Картофель отварной с маслом сливочным</b>                                 |        |        | <b>150</b>   | <b>3,87</b>  | <b>3,11</b>  | <b>37,25</b>  | <b>192,47</b> | <b>№ 125-2011</b>                             |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                               | 209,48 | 157,50 |              |              |              |               |               |                                               |
| 01.11.-31.12. -30%                                                           | 225,23 | 157,50 |              |              |              |               |               |                                               |
| 01.01-29.02 - 35%                                                            | 242,55 | 157,50 |              |              |              |               |               |                                               |
| 01.03 - 40%                                                                  | 263,03 | 157,50 |              |              |              |               |               |                                               |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 5,00   | 5,00   |              |              |              |               |               |                                               |
| соль йодированная                                                            | 1,50   | 1,50   |              |              |              |               |               |                                               |
| <b>Компот из кураги</b>                                                      |        |        | <b>200</b>   | <b>0,10</b>  | <b>0,00</b>  | <b>12,68</b>  | <b>47,90</b>  |                                               |
| курага                                                                       | 20,00  | 20,00  |              |              |              |               |               |                                               |
| сахар песок                                                                  | 11,00  | 11,00  |              |              |              |               |               |                                               |
| вода питьевая                                                                | 180    | 180,00 |              |              |              |               |               |                                               |
| или                                                                          |        |        |              |              |              |               |               |                                               |
| <b>Напиток витаминизированный "Витошка"</b>                                  |        |        | <b>200,0</b> | <b>-</b>     | <b>-</b>     | <b>19,0</b>   | <b>111,0</b>  | <b>РЦ<br/>10.86.10.590-<br/>003-17840891-</b> |
| Смесь для напитка Витошка                                                    | 20     | 20     |              |              |              |               |               |                                               |
| Вода                                                                         | 200    | 200    |              |              |              |               |               |                                               |
|                                                                              |        |        |              |              |              |               |               |                                               |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>25</b>    | <b>1,65</b>  | <b>0,30</b>  | <b>8,55</b>   | <b>43,00</b>  |                                               |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>30</b>    | <b>1,97</b>  | <b>0,25</b>  | <b>13,28</b>  | <b>90,00</b>  |                                               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |        |              | <b>26,02</b> | <b>26,58</b> | <b>111,67</b> | <b>847,72</b> |                                               |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                                        |        |        |              | <b>45,1</b>  | <b>46,1</b>  | <b>191,3</b>  | <b>1460,5</b> |                                               |

| 12 день                           |           |          |                   |          |         |        |          |              |
|-----------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|--------------|
| Наименование блюда                | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |              |
|                                   |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |              |
|                                   |           |          |                   |          |         |        |          |              |
| Завтрак                           |           |          |                   |          |         |        |          |              |
| Горячий бутерброд с сыром         |           |          | 30/10/10          | 5,55     | 9,75    | 15,75  | 172,50   | ( № 7-2011)  |
| сыр сулугуни                      | 10,10     | 10,00    |                   |          |         |        |          |              |
| масло сливочное 72.5 %            | 10,00     | 10,00    |                   |          |         |        |          |              |
| хлеб пшеничный                    | 30,00     | 30,00    |                   |          |         |        |          |              |
| или                               |           |          |                   |          |         |        |          |              |
| Бутерброд с сыром                 |           |          | 20/10             | 5,3      | 3,7     | 7,2    | 83,3     | № 3-2004     |
| сыр сулугуни                      | 10,10     | 10,00    |                   |          |         |        |          |              |
| хлеб пшеничный                    | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |              |
| Суп гороховый с птицей и гренками |           |          | 250/10/10         | 9,10     | 8,60    | 32,50  | 185,00   | ( № 36-2011) |
| курица- тушка                     | 17,57     | 12,20    |                   |          |         |        |          |              |
| масса отварной курицы             |           | 10,00    |                   |          |         |        |          |              |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%    | 79,80     | 60,00    |                   |          |         |        |          |              |
| 01.11.-31.12. -30%                | 85,80     | 60,00    |                   |          |         |        |          |              |
| 01.01-29.02 - 35%                 | 92,40     | 60,00    |                   |          |         |        |          |              |
| 01.03. - 67%                      | 100,20    | 60,00    |                   |          |         |        |          |              |
| горох лущёный                     | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |              |

|                       |        |        |  |  |  |  |  |  |
|-----------------------|--------|--------|--|--|--|--|--|--|
| масло растительное    | 3,00   | 3,00   |  |  |  |  |  |  |
| лук репчатый          | 9,52   | 8,00   |  |  |  |  |  |  |
| морковь до 01.01.-20% | 16,25  | 13,00  |  |  |  |  |  |  |
| с 01.01 - 25%         | 17,29  | 13,00  |  |  |  |  |  |  |
| соль йодированная     | 1,50   | 1,50   |  |  |  |  |  |  |
| вода                  | 175,00 | 175,00 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб пшеничный        | 16,00  | 10,00  |  |  |  |  |  |  |

ИЛИ

|                                       |        |       |               |             |             |              |               |                     |
|---------------------------------------|--------|-------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>Суп - пюре с птицей и гречками</b> |        |       | <b>250/10</b> | <b>5,63</b> | <b>9,51</b> | <b>23,68</b> | <b>109,63</b> | <b>(№ 104-2018)</b> |
| филе куриное                          | 11,00  | 10,00 |               |             |             |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%        | 119,70 | 90,00 |               |             |             |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                    | 128,70 | 90,00 |               |             |             |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                     | 138,60 | 90,00 |               |             |             |              |               |                     |
| 01.03. - 40%                          | 150,30 | 90,00 |               |             |             |              |               |                     |
| морковь до 01.01.-20%                 | 22,50  | 18,00 |               |             |             |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                         | 23,94  | 18,00 |               |             |             |              |               |                     |
| лук репчатый                          | 14,28  | 12,00 |               |             |             |              |               |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности         | 20,00  | 20,00 |               |             |             |              |               |                     |
| бульон от картофеля                   | 80,00  | 80,00 |               |             |             |              |               |                     |
| масло сливочное 72,5%                 | 3,00   | 3,00  |               |             |             |              |               |                     |
| или масло растительное                | 3,00   | 3,00  |               |             |             |              |               |                     |
| соль йодированное                     | 1,50   | 1,50  |               |             |             |              |               |                     |

|                                                                                               |        |        |            |              |              |              |               |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| хлеб пшеничный                                                                                | 16,00  | 10,00  |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Какао с молоком</b>                                                                        |        |        | <b>200</b> | <b>3,80</b>  | <b>4,54</b>  | <b>18,58</b> | <b>119,05</b> | <b>(№ 382-2011)</b> |
| какао-порошок                                                                                 | 3,00   | 3,00   |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                                 | 100,00 | 100,00 |            |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                                                   | 9,00   | 9,00   |            |              |              |              |               |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                                 | 100,00 | 100,00 |            |              |              |              |               |                     |
| или молоко концентрированное                                                                  | 45,00  | 45,00  |            |              |              |              |               |                     |
| или                                                                                           |        |        |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Чай с молоком и сахаром</b>                                                                |        |        | <b>200</b> | <b>1,55</b>  | <b>1,28</b>  | <b>14,41</b> | <b>75,64</b>  | <b>(№ 685-2004)</b> |
| чай чёрный                                                                                    | 1,00   | 1,00   |            |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                                                   | 9,00   | 9,00   |            |              |              |              |               |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                                 | 50,00  | 50,00  |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                                 | 150,00 | 150,00 |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>                        |        |        | <b>20</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b>  | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                     |
| <b>Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мангларин, банан)</b> |        |        | <b>130</b> | <b>0,4</b>   | <b>0,0</b>   | <b>14,4</b>  | <b>59,2</b>   |                     |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                 |        |        |            | <b>19,55</b> | <b>19,73</b> | <b>86,46</b> | <b>577,05</b> |                     |
| <b>Обед</b>                                                                                   |        |        |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Нарезка из свежих огурцов с маслом</b>                                                     |        |        | <b>60</b>  | <b>0,42</b>  | <b>3,05</b>  | <b>1,14</b>  | <b>109,60</b> | <b>№ 14/1-2011</b>  |
| огурцы свежие грунтовые                                                                       | 60,90  | 58,00  |            |              |              |              |               |                     |
| или огурцы свежие парниковые                                                                  | 60,90  | 58,00  |            |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                                            | 4,00   | 4,00   |            |              |              |              |               |                     |
| соль йодированная                                                                             | 0,85   | 0,85   |            |              |              |              |               |                     |

|                                           |        |              |            |             |              |              |               |                     |
|-------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| зелень свежая                             | 0,68   | 0,50         |            |             |              |              |               |                     |
| или                                       |        |              |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Нарезка из соленых огурцов</b>         |        |              | <b>60</b>  | <b>0,60</b> | <b>0,15</b>  | <b>1,35</b>  | <b>10,73</b>  | <b>70-2011</b>      |
| огурцы соленые                            | 114,00 | 60,00        |            |             |              |              |               |                     |
| или                                       |        |              |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Нарезка из отварной свеклы с сыром</b> |        |              | <b>60</b>  | <b>0,86</b> | <b>1,56</b>  | <b>5,02</b>  | <b>53,40</b>  | <b>70-2011</b>      |
| свекла - до 01.01 - 20%                   | 92,65  | 74,12        |            |             |              |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                             | 98,58  | 74,12        |            |             |              |              |               |                     |
| <b>масса отварной свеклы</b>              |        | <b>52,00</b> |            |             |              |              |               |                     |
| сыр сулугуни                              | 9,09   | 9,00         |            |             |              |              |               |                     |
| соль йодированная                         | 0,30   | 0,30         |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Суп с рыбными консервами</b>           |        |              | <b>250</b> | <b>7,60</b> | <b>13,36</b> | <b>20,36</b> | <b>178,25</b> | <b>№ 142 - 2004</b> |
| консервы рыбные                           | 36,00  | 30,00        |            |             |              |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%            | 93,10  | 70,00        |            |             |              |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                        | 100,10 | 70,00        |            |             |              |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                         | 107,80 | 70,00        |            |             |              |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                               | 116,90 | 70,00        |            |             |              |              |               |                     |
| морковь до 01.01.-20%                     | 18,75  | 15,00        |            |             |              |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                             | 19,95  | 15,00        |            |             |              |              |               |                     |
| крупа рисовая                             | 9,00   | 9,00         |            |             |              |              |               |                     |
| лавровый лист                             | 0,01   | 0,01         |            |             |              |              |               |                     |
| лук репчатый                              | 11,90  | 10,00        |            |             |              |              |               |                     |
| масло растительное                        | 4,25   | 4,25         |            |             |              |              |               |                     |

|                                                                              |        |              |           |              |             |              |               |                  |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|-----------|--------------|-------------|--------------|---------------|------------------|
| вода                                                                         | 180,00 | 180,00       |           |              |             |              |               |                  |
| соль                                                                         | 1,50   | 1,50         |           |              |             |              |               |                  |
| <b>Сердце говяжье в соусе</b>                                                |        |              | <b>90</b> | <b>10,30</b> | <b>8,30</b> | <b>10,20</b> | <b>134,85</b> | <b>№593-2006</b> |
| Сердце говяжье в соусе                                                       | 79,03  | 72,50        |           |              |             |              |               |                  |
| <b>масса отварного сердца</b>                                                |        | <b>50,00</b> |           |              |             |              |               |                  |
| морковь до 01.01.-20%                                                        | 6      | 5            |           |              |             |              |               |                  |
| с 01.01 - 25%                                                                | 7      | 5            |           |              |             |              |               |                  |
| лук репчатый                                                                 | 6      | 5            |           |              |             |              |               |                  |
| <b>соус</b>                                                                  |        | <b>40,00</b> |           |              |             |              |               | <b>600-2004</b>  |
| сметана                                                                      | 10,00  | 10,00        |           |              |             |              |               |                  |
| мука пшеничная                                                               | 3,80   | 3,80         |           |              |             |              |               |                  |
| вода питьевая                                                                | 40,00  | 35,00        |           |              |             |              |               |                  |
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 1,30   | 1,30         |           |              |             |              |               |                  |
| или                                                                          |        |              |           |              |             |              |               |                  |
| <b>Печень по строгановски</b>                                                |        |              | <b>90</b> | <b>11,3</b>  | <b>7,5</b>  | <b>1,2</b>   | <b>118</b>    | <b>582-2006</b>  |
| печень говяжья                                                               | 71,00  | 59,00        |           |              |             |              |               |                  |
| масло растительное                                                           | 5,00   | 5,00         |           |              |             |              |               |                  |
| или масло сливочное 72,5%                                                    | 5,00   | 5,00         |           |              |             |              |               |                  |
| <b>соус</b>                                                                  |        | <b>50,00</b> |           |              |             |              |               | <b>600-2004</b>  |
| сметана                                                                      | 10,00  | 10,00        |           |              |             |              |               |                  |
| мука пшеничная                                                               | 3,80   | 3,80         |           |              |             |              |               |                  |
| вода питьевая                                                                | 40,00  | 40,00        |           |              |             |              |               |                  |

|                                                                              |        |        |     |       |       |        |        |                                     |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|-------|-------|--------|--------|-------------------------------------|
| томатная паста (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов) | 1,30   | 1,30   |     |       |       |        |        |                                     |
| Макаронны отварные                                                           |        |        | 150 | 5,82  | 1,90  | 37,08  | 176,00 | (№ 309-2011)                        |
| макаронные изделия                                                           | 60,00  | 60,00  |     |       |       |        |        |                                     |
| соль йодированная                                                            | 1,20   | 1,20   |     |       |       |        |        |                                     |
| вода питьевая                                                                | 157,50 | 157,50 |     |       |       |        |        |                                     |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 5,00   | 5,00   |     |       |       |        |        |                                     |
| Кисель с витаминами "Витошка"                                                |        |        | 200 | -     | -     | 24,00  | 95,00  | РЦ<br>10.86.10.590-<br>002-17840801 |
| Смесь для киселя                                                             | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |        |                                     |
| Вода                                                                         | 200,00 | 200,00 |     |       |       |        |        |                                     |
| или                                                                          |        |        |     |       |       |        |        |                                     |
| Кисель из свежих ягод                                                        |        |        | 200 | 0,10  | 0,20  | 15,10  | 56,68  | № 505-2013                          |
| ягодно-яблочная смесь                                                        | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |        |                                     |
| или ягодня смесь "Я Вишенка"                                                 | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |        |                                     |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |     |       |       |        |        |                                     |
| вода питьевая                                                                | 195,00 | 195,00 |     |       |       |        |        |                                     |
| крахмал                                                                      | 5,00   | 5,00   |     |       |       |        |        |                                     |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов        |        |        | 50  | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00  |                                     |
| ИТОГО:                                                                       |        |        |     | 28,24 | 27,11 | 112,00 | 844,10 |                                     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                               |        |        |     |       |       |        |        |                                     |
| 13 день                                                                      |        |        |     |       |       |        |        |                                     |

| Наименование блюда                 | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          |               |
|------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|---------------|
|                                    |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |               |
|                                    |           |          |                   |          |         |        |          |               |
| Завтрак                            |           |          |                   |          |         |        |          |               |
| Нарезка из свежих огурцов с маслом |           |          | 60                | 0,42     | 3,05    | 1,14   | 47,46    | (№ 14/1-2011) |
| огурцы свежие грунтовые            | 58,80     | 56,00    |                   |          |         |        |          |               |
| или огурцы свежие парниковые       | 58,80     | 56,00    |                   |          |         |        |          |               |
| масло растительное                 | 4,00      | 4,00     |                   |          |         |        |          |               |
| соль йодированная                  | 0,30      | 0,30     |                   |          |         |        |          |               |
| зелень свежая                      | 0,50      | 0,50     |                   |          |         |        |          |               |
| или                                |           |          |                   |          |         |        |          |               |
| Винегрет овощной                   |           |          | 60                | 1,5      | 5,0     | 13,9   | 111      | №71-2004      |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%     | 20        | 16       |                   |          |         |        |          |               |
| 01.11.-31.12. -30%                 | 21        | 16       |                   |          |         |        |          |               |
| 01.01-29.02 - 35%                  | 23        | 16       |                   |          |         |        |          |               |
| 01.03 - 40%                        | 26        | 16       |                   |          |         |        |          |               |
| масса отварного картофеля          |           | 15       |                   |          |         |        |          |               |
| свекла до 01.01.-20%               | 14        | 11       |                   |          |         |        |          |               |
| с 01.01 - 25%                      | 14        | 11       |                   |          |         |        |          |               |
| масса отварной свеклы              |           | 10       |                   |          |         |        |          |               |
| морковь до 01.01.-20%              | 21        | 17       |                   |          |         |        |          |               |
| с 01.01 - 25%                      | 22        | 17       |                   |          |         |        |          |               |

|                                                                                 |        |           |            |             |              |              |               |                     |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>масса отварной моркови</b>                                                   |        | <b>16</b> |            |             |              |              |               |                     |
| огурцы соленые без уксуса                                                       | 15     | 8         |            |             |              |              |               |                     |
| лук репчатый                                                                    | 11     | 9         |            |             |              |              |               |                     |
| или лук зеленый                                                                 | 9      | 9         |            |             |              |              |               |                     |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>   |        |           |            |             |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                              | 3      | 3         |            |             |              |              |               |                     |
| зелень свежая (петрушка, укроп)                                                 | 0,675  | 0,5       |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"</b>                           |        |           | <b>100</b> | <b>12,3</b> | <b>11,89</b> | <b>10,12</b> | <b>203,5</b>  | <b>№494-2004</b>    |
| грудка куриная на кости                                                         | 157    | 156       |            |             |              |              |               |                     |
| или бедро куриное                                                               | 138    | 125       |            |             |              |              |               |                     |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без | 5      | 5         |            |             |              |              |               |                     |
| чеснок                                                                          | 0,6    | 0,5       |            |             |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                              | 2      | 2         |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Макароны отварные</b>                                                        |        |           | <b>150</b> | <b>5,82</b> | <b>1,90</b>  | <b>37,08</b> | <b>176,00</b> | <b>(№ 309-2011)</b> |
| макароны отварные                                                               | 50,00  | 50,00     |            |             |              |              |               |                     |
| соль йодированная                                                               | 1,20   | 1,20      |            |             |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                   | 157,50 | 157,50    |            |             |              |              |               |                     |
| масло сливочное 72.5 %                                                          | 4,00   | 4,00      |            |             |              |              |               |                     |
| <b>ИЛИ</b>                                                                      |        |           |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Пюре картофельное</b>                                                        |        |           | <b>150</b> | <b>3,25</b> | <b>4,70</b>  | <b>21,01</b> | <b>143,76</b> | <b>(№ 312-2011)</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                  | 170,24 | 128,00    |            |             |              |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                                                              | 183,04 | 128,00    |            |             |              |              |               |                     |

|                                                                              |        |        |            |              |              |              |               |                  |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 01.01-29.02 - 35%                                                            | 197,12 | 128,00 |            |              |              |              |               |                  |
| 01.03 - 40%                                                                  | 213,76 | 128,00 |            |              |              |              |               |                  |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 23,63  | 22,50  |            |              |              |              |               |                  |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 4,00   | 4,00   |            |              |              |              |               |                  |
| <b>Напиток Витаминизированный "Витошка"</b>                                  |        |        | <b>200</b> | <b>12,04</b> | <b>5,56</b>  | <b>1,36</b>  | <b>88,80</b>  |                  |
| Смесь сухая с витаминами, железом и пробиотиком                              | 20,00  | 20,00  |            |              |              |              |               |                  |
| вода питьевая                                                                | 180,00 | 180,00 |            |              |              |              |               |                  |
| или                                                                          |        |        |            |              |              |              |               |                  |
| <b>Компот из яблок +Витамин С</b>                                            |        |        | <b>200</b> | <b>0,08</b>  | <b>0,08</b>  | <b>13,94</b> | <b>67,28</b>  |                  |
| яблоки свежие                                                                | 27,12  | 24,00  |            |              |              |              |               |                  |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |            |              |              |              |               |                  |
| вода питьевая                                                                | 200    | 200    |            |              |              |              |               |                  |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>20</b>  | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b>  | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                  |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>25</b>  | <b>1,97</b>  | <b>0,25</b>  | <b>13,28</b> | <b>56,74</b>  |                  |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |        |            | <b>19,80</b> | <b>20,07</b> | <b>81,65</b> | <b>581,56</b> |                  |
| <b>Обед</b>                                                                  |        |        |            |              |              |              |               |                  |
| <b>Горошек консервированный</b>                                              |        |        | <b>60</b>  | <b>1,98</b>  | <b>0,18</b>  | <b>5,67</b>  | <b>31,05</b>  | <b>№ 22-2016</b> |
| Горошек консервированный                                                     | 60,00  | 60,00  |            |              |              |              |               |                  |
| или                                                                          |        |        |            |              |              |              |               |                  |
| <b>Кукуруза консервированная</b>                                             |        |        | <b>60</b>  | <b>2,59</b>  | <b>0,39</b>  | <b>13,99</b> | <b>69,99</b>  |                  |
| кукуруза консервированная                                                    | 99,00  | 60,00  |            |              |              |              |               |                  |

|                                     |        |              |               |              |              |              |               |                |
|-------------------------------------|--------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Суп картофельный с птицей</b>    |        |              | <b>200/20</b> | <b>3,80</b>  | <b>8,57</b>  | <b>21,12</b> | <b>229,61</b> | <b>82-2011</b> |
| морковь до 01.01.-20%               | 15,00  | 12,00        |               |              |              |              |               |                |
| с 01.01 - 25%                       | 15,96  | 12,00        |               |              |              |              |               |                |
| лук репчатый                        | 9,52   | 8,00         |               |              |              |              |               |                |
| масло сливочное 72,5%               | 5,00   | 5,00         |               |              |              |              |               |                |
| или масло растительное              | 5,00   | 5,00         |               |              |              |              |               |                |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%      | 79,80  | 60,00        |               |              |              |              |               |                |
| 01.11.-31.12. -30%                  | 85,80  | 60,00        |               |              |              |              |               |                |
| 01.01-29.02 - 35%                   | 92,40  | 60,00        |               |              |              |              |               |                |
| 01.03 - 40%                         | 100,20 | 60,00        |               |              |              |              |               |                |
| соль йодированная                   | 1,20   | 1,20         |               |              |              |              |               |                |
| лавровый лист                       | 0,01   | 0,01         |               |              |              |              |               |                |
| вода                                | 144,00 | 144,00       |               |              |              |              |               |                |
| курица- тушка                       | 26,54  | 21,75        |               |              |              |              |               |                |
| <b>масса отварной птицы</b>         |        | <b>15,00</b> |               |              |              |              |               |                |
| <b>Мясные шарики в сырном соусе</b> |        |              | <b>90/30</b>  | <b>14,97</b> | <b>11,83</b> | <b>23,74</b> | <b>212,73</b> | <b>69-2017</b> |
| Филе куриное                        | 70,40  | 64,00        |               |              |              |              |               |                |
| фарш говяжий пром производсва       | 15,30  | 15,00        |               |              |              |              |               |                |
| хлеб пшеничный 60%                  | 10,00  | 10,00        |               |              |              |              |               |                |
| вода питьевая                       | 8,00   | 8,00         |               |              |              |              |               |                |
| лук репчатый                        | 8,57   | 7,20         |               |              |              |              |               |                |
| соль йодированная                   | 0,80   | 0,80         |               |              |              |              |               |                |

|                                     |        |        |              |             |             |              |               |                   |
|-------------------------------------|--------|--------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|
| яйцо куриное                        | 3,00   | 3,00   |              |             |             |              |               |                   |
| масса п/ф                           |        | 108,00 |              |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                  | 5,00   | 5,00   |              |             |             |              |               |                   |
| масло растительное для смазки листа | 3,00   | 3,00   |              |             |             |              |               |                   |
| сырный соус:                        |        | 30     |              |             |             |              |               |                   |
| молоко питьевое 2,5%                | 10,50  | 10,00  |              |             |             |              |               |                   |
| сыр сулугуни тертый                 | 5,50   | 5,00   |              |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                  | 2,00   | 2,00   |              |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                       | 20,00  | 20,00  |              |             |             |              |               |                   |
| чеснок                              | 0,64   | 0,50   |              |             |             |              |               |                   |
| <b>Капуста тушеная</b>              |        |        | <b>150</b>   | <b>3,50</b> | <b>5,10</b> | <b>19,99</b> | <b>142,63</b> | <b>708-2006</b>   |
| капуста б/к                         | 193,75 | 155,00 |              |             |             |              |               |                   |
| морковь                             | 22,50  | 18,00  |              |             |             |              |               |                   |
| томатная паста                      | 4,00   | 4,00   |              |             |             |              |               |                   |
| лук репчатый                        | 10,71  | 9,00   |              |             |             |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                  | 2,30   | 2,30   |              |             |             |              |               |                   |
| соль йодированная                   | 1,50   | 1,50   |              |             |             |              |               |                   |
| масло растительное                  | 5,00   | 5,00   |              |             |             |              |               |                   |
| <b>Чай с лимоном</b>                |        |        | <b>200/2</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>№ 377-2011</b> |
| чай заварка                         | 1,50   | 1,50   |              |             |             |              |               |                   |
| лимон                               | 2,28   | 2,00   |              |             |             |              |               |                   |
| вода питьевая                       | 200,00 | 200,00 |              |             |             |              |               |                   |

|                                                                       |      |      |       |       |        |         |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------|------|------|-------|-------|--------|---------|--|--|
| сахар песок                                                           | 9,00 | 9,00 |       |       |        |         |  |  |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |      | 25   | 1,65  | 0,30  | 8,55   | 43,00   |  |  |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |      | 50   | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00   |  |  |
| ИТОГО:                                                                |      |      | 27,98 | 26,69 | 111,79 | 794,96  |  |  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                                                        |      |      | 47,78 | 46,76 | 193,44 | 1376,52 |  |  |

14 день

| Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|--------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                    |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |

Завтрак

|                           |  |  |    |      |      |      |       |             |
|---------------------------|--|--|----|------|------|------|-------|-------------|
| Кукуруза консервированная |  |  | 60 | 1,86 | 0,10 | 3,90 | 24,00 | (№245-2006) |
|---------------------------|--|--|----|------|------|------|-------|-------------|

|                           |       |       |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|
| кукуруза консервированная | 99,00 | 60,00 |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|

или

|                                    |  |  |    |      |      |      |       |             |
|------------------------------------|--|--|----|------|------|------|-------|-------------|
| Нарезка из свежих помидор с маслом |  |  | 60 | 0,68 | 3,50 | 3,90 | 50,50 | № 15/1-2011 |
|------------------------------------|--|--|----|------|------|------|-------|-------------|

|                           |       |       |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|
| помидоры свежие грунтовые | 60,90 | 58,00 |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|

|                                |       |       |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|
| или помидоры свежие парниковые | 60,90 | 58,00 |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------|-------|-------|--|--|--|--|--|--|

|                    |      |      |  |  |  |  |  |  |
|--------------------|------|------|--|--|--|--|--|--|
| масло растительное | 4,00 | 4,00 |  |  |  |  |  |  |
|--------------------|------|------|--|--|--|--|--|--|

|               |      |      |  |  |  |  |  |  |
|---------------|------|------|--|--|--|--|--|--|
| зелень свежая | 0,68 | 0,50 |  |  |  |  |  |  |
|---------------|------|------|--|--|--|--|--|--|

или

|                            |  |  |    |      |      |      |       |           |
|----------------------------|--|--|----|------|------|------|-------|-----------|
| Нарезка из отварной свеклы |  |  | 60 | 0,98 | 0,10 | 5,28 | 20,20 | № 44-1996 |
|----------------------------|--|--|----|------|------|------|-------|-----------|

|                                 |        |              |            |              |             |              |               |                     |
|---------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------------|
| свекла - до 01.01 - 25%         | 81,75  | 65,40        |            |              |             |              |               |                     |
| с 01.01 - 33%                   | 86,98  | 65,40        |            |              |             |              |               |                     |
| <b>масса отварной свеклы</b>    |        | <b>60,00</b> |            |              |             |              |               |                     |
| зелень свежая                   | 0,50   | 0,50         |            |              |             |              |               |                     |
| или                             |        |              |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Салат из моркови с сыром</b> |        |              | <b>60</b>  | <b>1,15</b>  | <b>2,08</b> | <b>6,69</b>  | <b>53,69</b>  | <b>( № 10-2001)</b> |
| морковь - до 01.01 - 20%        | 70,85  | 56,68        |            |              |             |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                   | 75,38  | 56,68        |            |              |             |              |               |                     |
| <b>масса отварной моркови</b>   |        | <b>50,00</b> |            |              |             |              |               |                     |
| сыр                             | 8,08   | 8,00         |            |              |             |              |               |                     |
| масло растительное              | 2,00   | 2,00         |            |              |             |              |               |                     |
| зелень свежая                   | 0,81   | 0,60         |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Жаркое по-домашнему</b>      |        |              | <b>200</b> | <b>10,50</b> | <b>7,40</b> | <b>19,45</b> | <b>193,47</b> | <b>(№ 369-2013)</b> |
| филе куриное                    | 51,24  | 48,80        |            |              |             |              |               |                     |
| или свинина                     | 58,80  | 56,00        |            |              |             |              |               |                     |
| <b>масса тушеного мяса</b>      |        | <b>40,00</b> |            |              |             |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%  | 172,90 | 130,00       |            |              |             |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%              | 185,90 | 130,00       |            |              |             |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%               | 199,94 | 130,00       |            |              |             |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                     | 217,10 | 130,00       |            |              |             |              |               |                     |
| лук репчатый                    | 11,90  | 10,00        |            |              |             |              |               |                     |
| морковь до 01.01.-20%           | 30,00  | 24,00        |            |              |             |              |               |                     |

|                                                                           |        |        |            |              |              |              |               |                   |
|---------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| морковь с 01.01.-25%                                                      | 31,92  | 24,00  |            |              |              |              |               |                   |
| лавровый лист                                                             | 0,01   | 0,01   |            |              |              |              |               |                   |
| томатная паста                                                            | 5,00   | 5,00   |            |              |              |              |               |                   |
| соль йодированная                                                         | 1,50   | 1,50   |            |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                                                        | 5,00   | 5,00   |            |              |              |              |               |                   |
| вода                                                                      | 15,00  | 15,00  |            |              |              |              |               |                   |
| <b>Слойка с повидлом</b>                                                  |        |        | <b>50</b>  | <b>5,43</b>  | <b>9,00</b>  | <b>34,36</b> | <b>169,12</b> |                   |
| тесто слоеное промышленного производства                                  | 50,00  | 50,00  |            |              |              |              |               |                   |
| повидло                                                                   | 20,00  | 20,00  |            |              |              |              |               |                   |
| яйцо куриное                                                              | 0,60   | 0,60   |            |              |              |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                                                        | 3,00   | 3,00   |            |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                                                        | 1,00   | 1,00   |            |              |              |              |               |                   |
| или                                                                       |        |        |            |              |              |              |               |                   |
| <b>Булочка пром.производства</b>                                          |        |        | <b>50</b>  | <b>0,90</b>  | <b>3,45</b>  | <b>9,40</b>  | <b>69,00</b>  |                   |
| <b>Чай с сахаром</b>                                                      |        |        | <b>200</b> | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b>  | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>№ 268-2004</b> |
| чай заварка                                                               | 0,50   | 0,50   |            |              |              |              |               |                   |
| вода питьевая                                                             | 200,00 | 200,00 |            |              |              |              |               |                   |
| сахар песок                                                               | 10,00  | 10,00  |            |              |              |              |               |                   |
| или                                                                       |        |        |            |              |              |              |               |                   |
| <b>Кисломолочный напиток "Снежок" 2,5%</b>                                |        |        | <b>200</b> | <b>5,2</b>   | <b>6,4</b>   | <b>9</b>     | <b>114</b>    |                   |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>40</b>  | <b>2,00</b>  | <b>0,60</b>  | <b>16,20</b> | <b>77,80</b>  | <b>0,20</b>       |
| <b>ИТОГО:</b>                                                             |        |        |            | <b>19,09</b> | <b>20,60</b> | <b>83,89</b> | <b>604,89</b> | <b>2,87</b>       |

## Обед

|                                              |        |              |               |             |              |              |               |                   |
|----------------------------------------------|--------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| <b>Яйцо отварное</b>                         |        |              | <b>40</b>     | <b>5,08</b> | <b>4,60</b>  | <b>0,28</b>  | <b>62,80</b>  | <b>№ 209-2011</b> |
| яйцо куриное                                 | 40,00  | 40,00        |               |             |              |              |               |                   |
| <b>Рыбный суп</b>                            |        |              | <b>250/20</b> | <b>7,94</b> | <b>5,25</b>  | <b>15,18</b> | <b>175,00</b> | <b>48-2011</b>    |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)       | 34,08  | 24,00        |               |             |              |              |               |                   |
| или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей) | 32,40  | 24,00        |               |             |              |              |               |                   |
| <b>масса отварной рыбы</b>                   |        | <b>20,00</b> |               |             |              |              |               |                   |
| картофель - 01.09-31.10 - 25%                | 66,50  | 50,00        |               |             |              |              |               |                   |
| 01.11-31.12 - 30%                            | 71,50  | 50,00        |               |             |              |              |               |                   |
| 01.01-29.02 - 35%                            | 77,00  | 50,00        |               |             |              |              |               |                   |
| 01.03 - 40%                                  | 83,50  | 50,00        |               |             |              |              |               |                   |
| морковь до 01.01-20%                         | 12,50  | 10,00        |               |             |              |              |               |                   |
| морковь от 01.01.-25%                        | 13,30  | 10,00        |               |             |              |              |               |                   |
| лук репчатый                                 | 9,52   | 8,00         |               |             |              |              |               |                   |
| масло сливочное                              | 5,00   | 5,00         |               |             |              |              |               |                   |
| или масло растительное                       | 5,00   | 5,00         |               |             |              |              |               |                   |
| вода                                         | 213,00 | 213,00       |               |             |              |              |               |                   |
| соль йодированная                            | 1,50   | 1,50         |               |             |              |              |               |                   |
| <b>Фрикасе</b>                               |        |              | <b>100</b>    | <b>7,84</b> | <b>11,28</b> | <b>4,22</b>  | <b>175,00</b> | <b>№ 76-2017</b>  |
| говядина 1 категории                         | 84,00  | 80,00        |               |             |              |              |               |                   |
| или филе куриное                             | 68,75  | 62,50        |               |             |              |              |               |                   |

|                                                                              |        |              |            |              |              |               |                |                   |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------------|
| соль йодированная                                                            | 0,90   | 0,90         |            |              |              |               |                |                   |
| <b>масса готового мяса</b>                                                   |        | <b>50,00</b> |            |              |              |               |                |                   |
| сметана 15%                                                                  | 8,00   | 8,00         |            |              |              |               |                |                   |
| молоко питьевое 2,5%                                                         | 40,00  | 40,00        |            |              |              |               |                |                   |
| сыр сулугуни                                                                 | 4,04   | 4,00         |            |              |              |               |                |                   |
| мука пшеничная в/с                                                           | 2,25   | 2,25         |            |              |              |               |                |                   |
| масло растительное                                                           | 5,00   | 5,00         |            |              |              |               |                |                   |
| <b>Макаронны отварные</b>                                                    |        |              | <b>150</b> | <b>5,82</b>  | <b>4,49</b>  | <b>39,73</b>  | <b>212,15</b>  | <b>№ 309-2011</b> |
| макаронные изделия                                                           | 52,50  | 52,50        |            |              |              |               |                |                   |
| соль йодированная                                                            | 1,20   | 1,20         |            |              |              |               |                |                   |
| вода питьевая                                                                | 157,50 | 157,50       |            |              |              |               |                |                   |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 5,00   | 5,00         |            |              |              |               |                |                   |
| <b>Компот из сухофруктов</b>                                                 |        |              | <b>200</b> | <b>0,60</b>  | <b>0,08</b>  | <b>21,52</b>  | <b>90,70</b>   | <b>№ 350-2011</b> |
| сухофрукты                                                                   | 19,00  | 19,00        |            |              |              |               |                |                   |
| сахар песок                                                                  | 9,00   | 9,00         |            |              |              |               |                |                   |
| вода питьевая                                                                | 185,00 | 185,00       |            |              |              |               |                |                   |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |              | <b>25</b>  | <b>1,65</b>  | <b>0,30</b>  | <b>8,55</b>   | <b>43,00</b>   |                   |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |              | <b>50</b>  | <b>4,05</b>  | <b>0,50</b>  | <b>24,40</b>  | <b>97,00</b>   |                   |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |              |            | <b>27,16</b> | <b>26,50</b> | <b>113,88</b> | <b>855,65</b>  |                   |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                                        |        |              |            | <b>46,25</b> | <b>47,10</b> | <b>197,77</b> | <b>1460,54</b> |                   |

# 15 день

| Наименование блюда                                                     | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                                                                        |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Завтрак                                                                |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Винегрет овощной                                                       |           |          | 60                | 1,5      | 5,0     | 13,9   | 111      | №71-2004        |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                         | 20        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                                                     | 21        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                                                      | 23        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.03 - 40%                                                            | 26        | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| масса отварного картофеля                                              |           | 15       |                   |          |         |        |          |                 |
| свекла до 01.01.-20%                                                   | 14        | 11       |                   |          |         |        |          |                 |
| с 01.01 - 25%                                                          | 14        | 11       |                   |          |         |        |          |                 |
| масса отварной свеклы                                                  |           | 10       |                   |          |         |        |          |                 |
| морковь до 01.01.-20%                                                  | 21        | 17       |                   |          |         |        |          |                 |
| с 01.01 - 25%                                                          | 22        | 17       |                   |          |         |        |          |                 |
| масса отварной моркови                                                 |           | 16       |                   |          |         |        |          |                 |
| огурцы соленые без уксуса                                              | 15        | 8        |                   |          |         |        |          |                 |
| лук репчатый                                                           | 11        | 9        |                   |          |         |        |          |                 |
| или лук зеленый                                                        | 9         | 9        |                   |          |         |        |          |                 |
| лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| масло растительное                                                     | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |                 |

|                                                         |        |           |            |              |             |              |               |                     |
|---------------------------------------------------------|--------|-----------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------------|
| зелень свежая (петрушка, укроп)                         | 0,675  | 0,5       |            |              |             |              |               |                     |
| или                                                     |        |           |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Салат из отварной свеклы с солеными<br/>огурцами</b> |        |           | <b>60</b>  | <b>1,2</b>   | <b>3,06</b> | <b>7,06</b>  | <b>68,4</b>   | <b>( №75-20133)</b> |
| свекла до 01.01.-20%                                    | 68     | 55        |            |              |             |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                                           | 72     | 55        |            |              |             |              |               |                     |
| <b>масса отварной свеклы</b>                            |        | <b>50</b> |            |              |             |              |               |                     |
| огурцы соленые                                          | 19     | 10        |            |              |             |              |               |                     |
| масло растительное                                      | 3      | 3         |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Тефтели рыбные</b>                                   |        |           | <b>90</b>  | <b>13,04</b> | <b>8,14</b> | <b>15,87</b> | <b>120,89</b> | <b>№593 -2006</b>   |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)                  | 89,46  | 63,00     |            |              |             |              |               |                     |
| или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей)            | 85,05  | 63,00     |            |              |             |              |               |                     |
| минтай потрошенный обезглавленный                       | 91,35  | 63,00     |            |              |             |              |               |                     |
| лук репчатый                                            | 17,85  | 15,00     |            |              |             |              |               |                     |
| соль йодированная                                       | 1,00   | 1,00      |            |              |             |              |               |                     |
| хлеб пшеничный                                          | 10,00  | 12,00     |            |              |             |              |               |                     |
| вода питьевая                                           | 10,00  | 10,00     |            |              |             |              |               |                     |
| мука пшеничная                                          | 6,00   | 6,00      |            |              |             |              |               |                     |
| яйцо куриное                                            | 2,00   | 2,00      |            |              |             |              |               |                     |
| масло растительное                                      | 5,00   | 5,00      |            |              |             |              |               |                     |
| <b>Пюре картофельное</b>                                |        |           | <b>150</b> | <b>3,25</b>  | <b>4,70</b> | <b>22,01</b> | <b>143,76</b> | <b>(№ 312-2011)</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                          | 170,24 | 128,00    |            |              |             |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                                      | 183,04 | 128,00    |            |              |             |              |               |                     |

|                                                                       |        |        |     |       |       |       |        |              |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| 01.01-29.02 - 35%                                                     | 195,84 | 128,00 |     |       |       |       |        |              |
| 01.03 - 40%                                                           | 213,76 | 128,00 |     |       |       |       |        |              |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                         | 23,63  | 22,50  |     |       |       |       |        |              |
| масло сливочное 72.5 %                                                | 5,00   | 5,00   |     |       |       |       |        |              |
| или                                                                   |        |        |     |       |       |       |        |              |
| Рис припущенный                                                       |        |        | 150 | 2,76  | 5,78  | 16,89 | 220,93 | (№ 305-2011) |
| крупа рис пропаренный                                                 | 52,50  | 52,50  |     |       |       |       |        |              |
| масло сливочное 72.5 %                                                | 4,00   | 4,00   |     |       |       |       |        |              |
| Соус томатный                                                         |        |        | 30  |       |       |       |        | № 601-2004   |
| паста томатная                                                        | 6,00   | 6,00   |     |       |       |       |        |              |
| мука пшеничная                                                        | 1,50   | 1,50   |     |       |       |       |        |              |
| вода                                                                  | 25,50  | 25,50  |     |       |       |       |        |              |
| соль йодированная                                                     | 0,20   | 0,20   |     |       |       |       |        |              |
| Кофейный напиток                                                      |        |        | 200 |       | 2,9   | 21,4  | 124    | №692-2004    |
| кофейный напиток                                                      | 2,00   | 2,00   |     |       |       |       |        |              |
| вода питьевая                                                         | 100,00 | 100,00 |     |       |       |       |        |              |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |     |       |       |       |        |              |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                         | 100,00 | 100,00 |     |       |       |       |        |              |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 30  | 1,10  | 0,20  | 14,10 | 62,00  |              |
| ИТОГО:                                                                |        |        |     | 18,89 | 19,00 | 87,28 | 561,15 |              |
| Обед                                                                  |        |        |     |       |       |       |        |              |

|                                              |        |              |               |              |              |              |               |                      |
|----------------------------------------------|--------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|
| <b>Нарезка из соленых огурцов</b>            |        |              | <b>60</b>     | <b>0,48</b>  | <b>0,07</b>  | <b>1,22</b>  | <b>8,20</b>   | <b>70-2011</b>       |
| огурцы соленые                               | 114,00 | 60,00        |               |              |              |              |               |                      |
| <b>Суп - пюре овощной с мясом и гренками</b> |        |              | <b>250/10</b> | <b>4,87</b>  | <b>6,03</b>  | <b>11,01</b> | <b>145,21</b> | <b>104-2018</b>      |
| филе куриное                                 | 13,42  | 12,20        |               |              |              |              |               |                      |
| <b>масса отварного мяса</b>                  |        | <b>10,00</b> |               |              |              |              |               |                      |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%               | 119,70 | 90,00        |               |              |              |              |               |                      |
| 01.11.-31.12. -30%                           | 128,70 | 90,00        |               |              |              |              |               |                      |
| 01.01-29.02 - 35%                            | 138,60 | 90,00        |               |              |              |              |               |                      |
| 01.03. - 40%                                 | 150,30 | 90,00        |               |              |              |              |               |                      |
| морковь до 01.01.-20%                        | 25,00  | 20,00        |               |              |              |              |               |                      |
| с 01.01 - 25%                                | 26,60  | 20,00        |               |              |              |              |               |                      |
| лук репчатый                                 | 14,28  | 12,00        |               |              |              |              |               |                      |
| молоко питьевое 2,5% жирности                | 50,00  | 50,00        |               |              |              |              |               |                      |
| бульон от картофеля                          | 100,00 | 100,00       |               |              |              |              |               |                      |
| масло сливочное                              | 5,00   | 5,00         |               |              |              |              |               |                      |
| или масло растительное                       | 5,00   | 5,00         |               |              |              |              |               |                      |
| соль йодированное                            | 1,50   | 1,50         |               |              |              |              |               |                      |
| хлеб пшеничный                               | 16,00  | 10,00        |               |              |              |              |               |                      |
|                                              |        |              |               |              |              |              |               |                      |
| <b>Азу</b>                                   |        |              | <b>90</b>     | <b>11,90</b> | <b>13,50</b> | <b>17,24</b> | <b>143,79</b> | <b>( № 402-2006)</b> |
| говядина гуляш                               | 84,00  | 80,00        |               |              |              |              |               |                      |
| или филе куриное                             | 67,10  | 61,00        |               |              |              |              |               |                      |

|                                                |        |              |            |             |             |              |               |                    |
|------------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------------|
| <b>масса отварного мяса</b>                    |        | <b>50,00</b> |            |             |             |              |               |                    |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 3,00   | 3,00         |            |             |             |              |               |                    |
| лук репчатый                                   | 7,14   | 6,00         |            |             |             |              |               |                    |
| огурцы соленые                                 | 13,36  | 8,00         |            |             |             |              |               |                    |
| мука пшеничная в/с                             | 2,50   | 2,50         |            |             |             |              |               |                    |
| масло растительное                             | 2,00   | 2,00         |            |             |             |              |               |                    |
| вода питьевая                                  | 40,00  | 40,00        |            |             |             |              |               |                    |
| масло растительное                             | 3,00   | 3,00         |            |             |             |              |               |                    |
| <b>Пюре картофельное</b>                       |        |              | <b>150</b> | <b>3,25</b> | <b>4,70</b> | <b>22,01</b> | <b>143,76</b> | <b>312-2011</b>    |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                 | 170,24 | 128,00       |            |             |             |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -30%                             | 183,04 | 128,00       |            |             |             |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 35%                              | 197,12 | 128,00       |            |             |             |              |               |                    |
| 01.03 - 40%                                    | 213,76 | 128,00       |            |             |             |              |               |                    |
| молоко питьевое 2,5% жирности                  | 23,63  | 22,50        |            |             |             |              |               |                    |
| масло сливочное 72.5 %                         | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                    |
| <b>ИЛИ</b>                                     |        |              |            |             |             |              |               |                    |
| <b>Гречка рассыпчатая</b>                      |        |              | <b>150</b> | <b>4,00</b> | <b>6,28</b> | <b>28,62</b> | <b>187,05</b> | <b>(№ 67-2011)</b> |
| крупа гречневая                                | 50,00  | 50,00        |            |             |             |              |               |                    |
| вода питьевая                                  | 106,50 | 106,50       |            |             |             |              |               |                    |
| масло сливочное 72.5 %                         | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                    |
| соль йодированная                              | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                    |
| <b>Компот из кураги</b>                        |        |              | <b>200</b> | <b>0,45</b> | <b>0,06</b> | <b>20,63</b> | <b>85,98</b>  | <b>348-2011</b>    |

|                                                                       |        |        |    |       |       |        |         |      |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|----|-------|-------|--------|---------|------|
| курага                                                                | 15,00  | 15,00  |    |       |       |        |         |      |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |    |       |       |        |         |      |
| вода питьевая                                                         | 185,00 | 185,00 |    |       |       |        |         |      |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |        |        | 25 | 1,65  | 0,30  | 8,55   | 43,00   |      |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 50 | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00   |      |
| ИТОГО:                                                                |        |        |    | 27,40 | 26,74 | 111,67 | 853,99  | 0,00 |
|                                                                       |        |        |    | 46,29 | 45,74 | 198,95 | 1415,14 |      |

| 16 день                                           |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
|---------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
| Наименование блюда                                | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|                                                   |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Завтрак                                           |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей |           |          | 250/15            | 9,98     | 3,66    | 14,32  | 130,00   | (№ 158-2013)    |
| курица- тушка                                     | 23,93     | 21,75    |                   |          |         |        |          |                 |
| масса отварной курицы                             |           | 15,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| макаронные изделия (лапша)                        | 14,00     | 14,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| морковь до 01.01.-20%                             | 15,00     | 12,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| с 01.01 - 25%                                     | 15,96     | 12,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| лук репчатый                                      | 9,52      | 8,00     |                   |          |         |        |          |                 |
| масло растительное                                | 2,50      | 2,50     |                   |          |         |        |          |                 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                    | 66,50     | 50,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                                | 71,50     | 50,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                                 | 77,00     | 50,00    |                   |          |         |        |          |                 |

|                                            |        |              |            |             |             |              |               |                      |
|--------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|----------------------|
| 01.03 - 40%                                | 83,50  | 50,00        |            |             |             |              |               |                      |
| соль йодированная                          | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                      |
| вода питьевая                              | 144,00 | 144,00       |            |             |             |              |               |                      |
| <b>Манник "Ванилька"</b>                   |        |              | <b>80</b>  | <b>4,56</b> | <b>6,72</b> | <b>30,14</b> | <b>194,00</b> | <b>( № 274-2006)</b> |
| кефир 2.5%                                 | 32,00  | 32,00        |            |             |             |              |               |                      |
| крупа манная                               | 22,40  | 22,40        |            |             |             |              |               |                      |
| сахар песок                                | 19,20  | 19,20        |            |             |             |              |               |                      |
| масло сливочное 72,5%                      | 10,00  | 10,00        |            |             |             |              |               |                      |
| сода пищевая                               | 0,40   | 0,40         |            |             |             |              |               |                      |
| ванилин                                    | 0,05   | 0,048        |            |             |             |              |               |                      |
| мука пшеничная                             | 9,60   | 9,60         |            |             |             |              |               |                      |
| яйцо куриное                               | 7,60   | 7,60         |            |             |             |              |               |                      |
| <i>масса п/ф</i>                           |        | <b>101,2</b> |            |             |             |              |               |                      |
| масло растительное                         | 1,00   | 1,00         |            |             |             |              |               |                      |
| <b>Кисель Витаминизированный "Витошка"</b> |        |              | <b>200</b> | <b>1,70</b> | <b>6,95</b> | <b>15,05</b> | <b>111,00</b> |                      |
| Сухая смесь "Витошка"                      | 25,00  | 25,00        |            |             |             |              |               |                      |
| вода питьевая                              | 180,00 | 180,00       |            |             |             |              |               |                      |
| или                                        |        |              |            |             |             |              |               |                      |
| <b>Отвар из шиповника</b>                  |        |              | <b>200</b> | <b>0,68</b> | <b>0,28</b> | <b>21,64</b> | <b>104,68</b> |                      |
| плоды шиповника                            | 17,00  | 17,00        |            |             |             |              |               |                      |
| сахар песок                                | 11,00  | 11,00        |            |             |             |              |               |                      |
| вода питьевая                              | 200    | 200          |            |             |             |              |               |                      |

|                                                                       |       |       |                 |              |              |              |               |                   |
|-----------------------------------------------------------------------|-------|-------|-----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |       |       | 20              | 2,00         | 0,60         | 16,20        | 77,80         |                   |
| Йогурт                                                                |       |       | 125             | 2,2          | 2,8          | 11,0         | 78,0          |                   |
| <b>ИТОГО:</b>                                                         |       |       |                 | <b>19,42</b> | <b>20,73</b> | <b>86,71</b> | <b>590,80</b> |                   |
| <b>Обед</b>                                                           |       |       |                 |              |              |              |               |                   |
| Салат из белокачанной капусты с морковью / до 1.03                    |       |       | 60              | 0,99         | 3,05         | 6,58         | 54,48         | № 4-2005          |
| капуста б/кочанная                                                    | 60,00 | 48,00 |                 |              |              |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                                                 | 7,50  | 6,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                                         | 7,98  | 6,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| кислота лимонная                                                      | 0,15  | 0,15  |                 |              |              |              |               |                   |
| вода                                                                  | 2,00  | 2,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| сахар песок                                                           | 3,00  | 3,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| зелень свежая                                                         | 1,35  | 1,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                                                    | 3,00  | 3,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| вода                                                                  | 1,98  | 1,98  |                 |              |              |              |               |                   |
| <b>или</b>                                                            |       |       |                 |              |              |              |               |                   |
| Нарезка из свежих помидор с маслом                                    |       |       | 60              | 0,68         | 3,50         | 3,90         | 50,50         | № 15/1-2011       |
| помидоры свежие грунтовые                                             | 60,90 | 58,00 |                 |              |              |              |               |                   |
| или помидоры свежие парниковые                                        | 60,90 | 58,00 |                 |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                                                    | 4,00  | 4,00  |                 |              |              |              |               |                   |
| зелень свежая                                                         | 0,68  | 0,50  |                 |              |              |              |               |                   |
|                                                                       |       |       |                 |              |              |              |               |                   |
| <b>Борщ с мясом и сметаной</b>                                        |       |       | <b>250/10/5</b> | <b>5,79</b>  | <b>6,21</b>  | <b>12,93</b> | <b>195,00</b> | <b>№ 170-2005</b> |

|                                                       |       |              |              |              |              |              |               |                |
|-------------------------------------------------------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| говядина гуляш                                        | 16,80 | 16,00        |              |              |              |              |               |                |
| или курица-тушка                                      | 15,52 | 14,50        |              |              |              |              |               |                |
| <b>масса отварного мяса</b>                           |       | <b>10,00</b> |              |              |              |              |               |                |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                        | 33,25 | 25,00        |              |              |              |              |               |                |
| 01.11.-31.12. -30%                                    | 35,75 | 25,00        |              |              |              |              |               |                |
| 01.01-29.02 - 35%                                     | 38,50 | 25,00        |              |              |              |              |               |                |
| 01.03 - 40%                                           | 41,75 | 25,00        |              |              |              |              |               |                |
| капуста белокочанная свежая                           | 25,00 | 20,00        |              |              |              |              |               |                |
| свекла - до 01.01 - 20%                               | 50,00 | 40,00        |              |              |              |              |               |                |
| с 01.01 - 25%                                         | 53,20 | 40,00        |              |              |              |              |               |                |
| морковь до 01.01.-20%                                 | 16,25 | 13,00        |              |              |              |              |               |                |
| с 01.01 - 25%                                         | 17,29 | 13,00        |              |              |              |              |               |                |
| томатная паста (без консервантов и красителей)        | 3,25  | 3,25         |              |              |              |              |               |                |
| лук репчатый                                          | 11,90 | 10,00        |              |              |              |              |               |                |
| лавровый лист                                         | 0,01  | 0,01         |              |              |              |              |               |                |
| масло растительное                                    | 3,00  | 3,00         |              |              |              |              |               |                |
| сметана                                               | 5,00  | 5,00         |              |              |              |              |               |                |
| соль йодированная                                     | 1,50  | 1,50         |              |              |              |              |               |                |
| сахар песок                                           | 1,75  | 1,75         |              |              |              |              |               |                |
| <b>Котлета по-волжски с соусом сметанно- томатном</b> |       |              | <b>90/30</b> | <b>14,15</b> | <b>10,25</b> | <b>21,83</b> | <b>208,13</b> | <b>58-2017</b> |
| горбуша с/м филе                                      | 33,00 | 30,00        |              |              |              |              |               |                |
| или минтай с/м ( филе без кожи и костей)              | 40,50 | 30,00        |              |              |              |              |               |                |

|                                    |        |               |            |             |             |              |               |                 |
|------------------------------------|--------|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----------------|
| филе куриное                       | 66,00  | 60,00         |            |             |             |              |               |                 |
| лук репчатый                       | 11,90  | 10,00         |            |             |             |              |               |                 |
| соль                               | 0,80   | 0,80          |            |             |             |              |               |                 |
| яйцо куриное                       | 2,00   | 2,00          |            |             |             |              |               |                 |
| <b>масса полуфабриката</b>         |        | <b>102,00</b> |            |             |             |              |               |                 |
| сухари панировочный                | 5,00   | 5,00          |            |             |             |              |               |                 |
| масло растительное                 | 0,75   | 0,75          |            |             |             |              |               |                 |
| <b>Соус сметанно- томатный</b>     |        | <b>30</b>     |            |             |             |              |               | <b>334-2011</b> |
| сметана 15%                        | 8,30   | 8,30          |            |             |             |              |               |                 |
| томатная паста                     | 5,00   | 5,00          |            |             |             |              |               |                 |
| мука пшеничная в/с                 | 3,30   | 3,30          |            |             |             |              |               |                 |
| вода                               | 43,30  | 43,30         |            |             |             |              |               |                 |
| соль                               | 0,30   | 0,30          |            |             |             |              |               |                 |
| масло растительное                 | 5,00   | 5,00          |            |             |             |              |               |                 |
| или масло сливочное 72.5 %         | 4,00   | 4,00          |            |             |             |              |               |                 |
| <b>Рис отварной</b>                |        |               | <b>150</b> | <b>3,64</b> | <b>5,37</b> | <b>46,85</b> | <b>209,70</b> | <b>305-2011</b> |
| крупа рис пропаренный              | 52,50  | 52,50         |            |             |             |              |               |                 |
| вода питьевая                      | 110,20 | 110,20        |            |             |             |              |               |                 |
| масло сливочное 72.5 %             | 4,00   | 4,00          |            |             |             |              |               |                 |
| <b>Компот с изюмом + Витамин С</b> |        |               | <b>200</b> | <b>0,12</b> | <b>0,12</b> | <b>17,80</b> | <b>62,28</b>  | <b>348-2011</b> |
| изюм                               | 15,00  | 15,00         |            |             |             |              |               |                 |
| сахар песок                        | 10,00  | 10,00         |            |             |             |              |               |                 |

|                                                                       |        |        |     |       |       |        |        |          |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|-------|-------|--------|--------|----------|
| аскорбиновая кислота                                                  | 0,06   | 0,06   |     |       |       |        |        |          |
| вода питьевая                                                         | 180,00 | 180,00 |     |       |       |        |        |          |
| или                                                                   |        |        |     |       |       |        |        |          |
| Компот из ягодной смеси                                               |        |        | 200 | 0,10  | 0,16  | 11,68  | 47,90  | 357-2002 |
| ягодная смесь "Рябинка"                                               | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |        |          |
| или ягодная смесь "Я Вишенка"                                         | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |        |          |
| или ягодно-яблочная смесь                                             | 20,00  | 20,00  |     |       |       |        |        |          |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |     |       |       |        |        |          |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |        |        | 25  | 1,65  | 0,30  | 8,55   | 43,00  |          |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 20  | 2,00  | 0,60  | 16,20  | 77,80  |          |
| ИТОГО:                                                                |        |        |     | 28,01 | 26,39 | 121,94 | 832,03 |          |

## 17 день

[illegible]

| Нарезка из свежих овощей с маслом растительным |    |     | 60 | 0,9 | 5,0 | 3,1 | 61,0 | №14/1; 15/1-201 |
|------------------------------------------------|----|-----|----|-----|-----|-----|------|-----------------|
| помидоры свежие парниковые                     | 51 | 30  |    |     |     |     |      |                 |
| или помидоры свежие грунтовые                  | 59 | 30  |    |     |     |     |      |                 |
| огурцы свежие парниковые                       | 46 | 25  |    |     |     |     |      |                 |
| или огурцы свежие грунтовые                    | 47 | 25  |    |     |     |     |      |                 |
| масло растительное на полив при подаче         | 5  | 5   |    |     |     |     |      |                 |
| зелень свежая (петрушка, укроп)                | 2  | 0,5 |    |     |     |     |      |                 |

или

| Салат из белокочанной капусты с зеленью |       |       | 60 | 1,28 | 3,11 | 8,96 | 72,75 | ( № 80-2013) |
|-----------------------------------------|-------|-------|----|------|------|------|-------|--------------|
| капуста б/кочанная                      | 72,50 | 58,00 |    |      |      |      |       |              |
| кислота лимонная                        | 0,20  | 0,20  |    |      |      |      |       |              |
| соль                                    | 0,80  | 0,80  |    |      |      |      |       |              |
| сахар песок                             | 1,00  | 1,00  |    |      |      |      |       |              |
| масло растительное                      | 3,00  | 3,00  |    |      |      |      |       |              |
| вода                                    | 2,00  | 2,00  |    |      |      |      |       |              |
| зелень свежая                           | 2,03  | 1,50  |    |      |      |      |       |              |
| Салат овощной                           |       |       | 60 | 1,80 | 4,00 | 7,30 | 72,40 |              |
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%          | 34,91 | 26,25 |    |      |      |      |       |              |
| 01.11.-31.12. -43%                      | 37,54 | 26,25 |    |      |      |      |       |              |
| 01.01-29.02 - 54%                       | 40,43 | 26,25 |    |      |      |      |       |              |
| 01.03 - 67%                             | 43,84 | 26,25 |    |      |      |      |       |              |
| масса отварного картофеля               |       | 25,00 |    |      |      |      |       |              |

|                                                                                                                   |       |              |            |             |              |              |               |                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| морковь до 01.01.-25%                                                                                             | 32,81 | 26,25        |            |             |              |              |               |                    |
| с 01.01 - 33%                                                                                                     | 34,91 | 26,25        |            |             |              |              |               |                    |
| <b>масса отварной моркови</b>                                                                                     |       | <b>25,00</b> |            |             |              |              |               |                    |
| горошек зеленый консервированный                                                                                  | 9,24  | 6,00         |            |             |              |              |               |                    |
| масло растительное                                                                                                | 4,00  | 4,00         |            |             |              |              |               |                    |
| <b>Плов с мясом</b>                                                                                               |       |              | <b>200</b> | <b>15,4</b> | <b>12,0</b>  | <b>34,1</b>  | <b>399,5</b>  | <b>№265-2011</b>   |
| говядина 1 категории                                                                                              | 107   | 64           |            |             |              |              |               |                    |
| или филе куриное                                                                                                  | 66    | 49           |            |             |              |              |               |                    |
| или говядина гуляш-полуфабрикат<br>промышленного производства                                                     | 79    | 64           |            |             |              |              |               |                    |
| или свинина мясная                                                                                                | 87    | 56           |            |             |              |              |               |                    |
| <b>масса тушеного мяса</b>                                                                                        |       | <b>40</b>    |            |             |              |              |               |                    |
| масло растительное                                                                                                | 12    | 5            |            |             |              |              |               |                    |
| крупа рисовая                                                                                                     | 60    | 60           |            |             |              |              |               |                    |
| морковь до 01.01.-20%                                                                                             | 25    | 20           |            |             |              |              |               |                    |
| с 01.01 - 25%                                                                                                     | 27    | 20           |            |             |              |              |               |                    |
| лук репчатый                                                                                                      | 19    | 16           |            |             |              |              |               |                    |
| соль йодированная                                                                                                 | 1,2   | 1,2          |            |             |              |              |               |                    |
| томатное пюре (без искусственных<br>ароматизаторов, красителей и консервантов, без<br>содержания крахмала и соли) | 10    | 10           |            |             |              |              |               |                    |
| ИЛИ                                                                                                               |       |              |            |             |              |              |               |                    |
| <b>Рагу овощное с мясом</b>                                                                                       |       |              | <b>180</b> | <b>6,00</b> | <b>11,90</b> | <b>17,90</b> | <b>223,70</b> | <b>(№ 89-2010)</b> |
| свинина                                                                                                           | 60,90 | 58,00        |            |             |              |              |               |                    |
| или филе куриное                                                                                                  | 52,50 | 50,00        |            |             |              |              |               |                    |

|                                                |        |              |            |             |             |              |               |                     |
|------------------------------------------------|--------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------------|
| <b>масса готового мяса</b>                     |        | <b>40,00</b> |            |             |             |              |               |                     |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                 | 106,40 | 80,00        |            |             |             |              |               |                     |
| 01.11.-31.12. -30%                             | 114,40 | 80,00        |            |             |             |              |               |                     |
| 01.01-29.02 - 35%                              | 123,20 | 80,00        |            |             |             |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                                    | 133,60 | 80,00        |            |             |             |              |               |                     |
| морковь до 01.01.-20%                          | 18,75  | 15,00        |            |             |             |              |               |                     |
| с 01.01 - 25%                                  | 19,95  | 15,00        |            |             |             |              |               |                     |
| капуста б/кочанная                             | 62,50  | 50,00        |            |             |             |              |               |                     |
| лавровый лист                                  | 0,01   | 0,01         |            |             |             |              |               |                     |
| лук репчатый                                   | 11,90  | 10,00        |            |             |             |              |               |                     |
| томатная паста                                 | 5,00   | 5,00         |            |             |             |              |               |                     |
| соль йодированная                              | 1,50   | 1,50         |            |             |             |              |               |                     |
| масло растительное                             | 4,00   | 4,00         |            |             |             |              |               |                     |
| <b>Какао с молоком</b>                         |        |              | <b>200</b> | <b>3,80</b> | <b>4,54</b> | <b>25,80</b> | <b>119,05</b> | <b>(№ 382-2011)</b> |
| какао-порошок                                  | 2,00   | 2,00         |            |             |             |              |               |                     |
| вода питьевая                                  | 100,00 | 100,00       |            |             |             |              |               |                     |
| сахар песок                                    | 10,00  | 10,00        |            |             |             |              |               |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                  | 100,00 | 100,00       |            |             |             |              |               |                     |
| или молоко концентрированное                   | 45,00  | 45,00        |            |             |             |              |               |                     |
| или                                            |        |              |            |             |             |              |               |                     |
| <b>Молоко питьевое 2,5% жирности кипяченое</b> |        |              | <b>200</b> | <b>3,1</b>  | <b>2,9</b>  | <b>21,4</b>  | <b>124</b>    |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                  | 210,00 | 200,00       |            |             |             |              |               |                     |

|                                                                               |      |           |           |              |              |              |               |                 |
|-------------------------------------------------------------------------------|------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов         |      |           | 20        | 1,00         | 0,30         | 8,10         | 38,90         |                 |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов               |      |           | 20        | 1,12         | 0,22         | 11,58        | 44,00         |                 |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                 |      |           |           | <b>20,00</b> | <b>20,32</b> | <b>82,24</b> | <b>610,65</b> |                 |
| <b>Обед</b>                                                                   |      |           |           |              |              |              |               |                 |
| <b>Винегрет овощной</b>                                                       |      |           | <b>60</b> | <b>1,5</b>   | <b>6,0</b>   | <b>14,9</b>  | <b>111</b>    | <b>№71-2004</b> |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                | 19   | 15        |           |              |              |              |               |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                                                            | 20   | 15        |           |              |              |              |               |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                                                             | 21   | 15        |           |              |              |              |               |                 |
| 01.03 - 40%                                                                   | 25   | 15        |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварного картофеля</b>                                              |      | <b>19</b> |           |              |              |              |               |                 |
| свекла до 01.01.-20%                                                          | 14   | 11        |           |              |              |              |               |                 |
| с 01.01 - 25%                                                                 | 14   | 11        |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварной свеклы</b>                                                  |      | <b>15</b> |           |              |              |              |               |                 |
| морковь до 01.01.-20%                                                         | 9    | 7         |           |              |              |              |               |                 |
| с 01.01 - 25%                                                                 | 9    | 7         |           |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварной моркови</b>                                                 |      | <b>6</b>  |           |              |              |              |               |                 |
| огурцы соленые без уксуса                                                     | 13   | 7         |           |              |              |              |               |                 |
| лук репчатый                                                                  | 11   | 9         |           |              |              |              |               |                 |
| или лук зеленый                                                               | 9    | 9         |           |              |              |              |               |                 |
| <i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i> |      |           |           |              |              |              |               |                 |
| масло растительное                                                            | 3    | 3         |           |              |              |              |               |                 |
| зелень свежая (петрушка, укроп)                                               | 1,35 | 1         |           |              |              |              |               |                 |

|                                                  |        |           |                 |              |              |              |               |                 |
|--------------------------------------------------|--------|-----------|-----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| соль йодированная                                | 0,30   | 0,30      |                 |              |              |              |               |                 |
| <b>Суп "Солнечный день"</b>                      |        |           | <b>200/10/3</b> | <b>5,25</b>  | <b>10,29</b> | <b>27,14</b> | <b>174,25</b> | <b>204-2006</b> |
| говядина 1 категории                             | 16,80  | 16,00     |                 |              |              |              |               |                 |
| или курица-тушка                                 | 15,95  | 14,50     |                 |              |              |              |               |                 |
| <i>масса готового продукта</i>                   |        | <b>10</b> |                 |              |              |              |               |                 |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                   | 63,84  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                 |
| 01.11.-31.12. -30%                               | 68,64  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                 |
| 01.01-29.02 - 35%                                | 73,92  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                 |
| 01.03. - 40%                                     | 80,16  | 48,00     |                 |              |              |              |               |                 |
| морковь до 01.01 -20%                            | 13,00  | 10,40     |                 |              |              |              |               |                 |
| морковь от 01.01-25%                             | 13,83  | 10,40     |                 |              |              |              |               |                 |
| лук репчатый                                     | 9,52   | 8,00      |                 |              |              |              |               |                 |
| лавровый лист                                    | 0,01   | 0,01      |                 |              |              |              |               |                 |
| вода                                             | 150,00 | 150,00    |                 |              |              |              |               |                 |
| крупа рис пропаренный                            | 4,80   | 4,80      |                 |              |              |              |               |                 |
| масло сливочное                                  | 7,00   | 7,00      |                 |              |              |              |               |                 |
| или масло растительное                           | 3,00   | 3,00      |                 |              |              |              |               |                 |
| соль йодированная                                | 1,20   | 1,20      |                 |              |              |              |               |                 |
| сметана 15%                                      | 5,00   | 3,00      |                 |              |              |              |               |                 |
| ИЛИ                                              |        |           |                 |              |              |              |               |                 |
| <b>Суп Лагман на курином бульоне со сметаной</b> |        |           | <b>250/5</b>    | <b>20,59</b> | <b>17,08</b> | <b>47,68</b> | <b>194,00</b> | <b>№ 5-2004</b> |
| спагетти                                         | 20,00  | 20,00     |                 |              |              |              |               |                 |
| <b>масса отварных спагетти</b>                   |        | <b>50</b> |                 |              |              |              |               |                 |

|                                                                                                             |        |        |            |             |             |              |               |                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------------|
| чеснок                                                                                                      | 1,54   | 1,20   |            |             |             |              |               |                    |
| лук репчатый                                                                                                | 14,88  | 12,50  |            |             |             |              |               |                    |
| масло растительное                                                                                          | 4,94   | 4,94   |            |             |             |              |               |                    |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                                              | 33,25  | 25,00  |            |             |             |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -30%                                                                                          | 35,75  | 25,00  |            |             |             |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 35%                                                                                           | 38,50  | 25,00  |            |             |             |              |               |                    |
| 01.03 - 40%                                                                                                 | 41,75  | 25,00  |            |             |             |              |               |                    |
| морковь до 01.01.-20%                                                                                       | 15,00  | 12,00  |            |             |             |              |               |                    |
| с 01.01 - 25%                                                                                               | 15,96  | 12,00  |            |             |             |              |               |                    |
| соль йодированная                                                                                           | 1,50   | 1,50   |            |             |             |              |               |                    |
| бульон куриный                                                                                              | 180,00 | 180,00 |            |             |             |              |               |                    |
| сметана 15%                                                                                                 | 5,00   | 5,00   |            |             |             |              |               |                    |
| <b>Бедро или грудка куриные запеченные "Домашние"</b>                                                       |        |        | <b>100</b> | <b>16,2</b> | <b>15,1</b> | <b>14,4</b>  | <b>203,5</b>  | <b>№494-2004</b>   |
| грудка куриная на кости                                                                                     | 157    | 149    |            |             |             |              |               |                    |
| или бедро куриное                                                                                           | 157    | 149    |            |             |             |              |               |                    |
| томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли) | 5      | 5      |            |             |             |              |               |                    |
| чеснок                                                                                                      | 0,6    | 0,5    |            |             |             |              |               |                    |
| масло растительное                                                                                          | 2      | 2      |            |             |             |              |               |                    |
| <b>Гречка рассыпчатая</b>                                                                                   |        |        | <b>150</b> | <b>4,00</b> | <b>5,28</b> | <b>28,62</b> | <b>187,05</b> | <b>(№ 67-2011)</b> |
| крупа гречневая                                                                                             | 50,00  | 50,00  |            |             |             |              |               |                    |
| вода питьевая                                                                                               | 106,50 | 106,50 |            |             |             |              |               |                    |
| масло сливочное 72.5 %                                                                                      | 5,00   | 5,00   |            |             |             |              |               |                    |

|                                                                       |        |        |     |       |       |        |         |          |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|-------|-------|--------|---------|----------|
| Компот из кураги                                                      |        |        | 200 | 0,45  | 0,06  | 20,63  | 85,98   | 348-2011 |
| курага                                                                | 15,00  | 15,00  |     |       |       |        |         |          |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |     |       |       |        |         |          |
| вода питьевая                                                         | 185,00 | 185,00 |     |       |       |        |         |          |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |        |        | 25  | 1,65  | 0,30  | 8,55   | 43,00   |          |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 20  | 1,00  | 0,30  | 8,10   | 38,90   |          |
| ИТОГО:                                                                |        |        |     | 27,95 | 27,04 | 122,32 | 843,18  |          |
|                                                                       |        |        |     | 47,95 | 47,36 | 204,56 | 1453,83 |          |

## 18 день

| Наименование блюда             | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|--------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
|                                |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Овощи натуральные свежие       |           |          | 60                | 0,40     | 0,06    | 1,08   | 6,60     | ( № 71-2011)    |
| помидоры свежие грунтовые      | 63,00     | 60,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или помидоры свежие парниковые | 63,00     | 60,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или                            |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Овощи натуральные соленые      |           |          | 60                | 0,48     | 0,07    | 1,22   | 8,20     | ( № 70-2011)    |
| огурцы соленые                 | 114,00    | 60,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или                            |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Салат овощной                  |           |          | 60                | 1,80     | 4,00    | 7,30   | 72,40    | № 69-2013       |
| картофель - 01.09.-31.10.- 33% | 34,91     | 26,25    |                   |          |         |        |          |                 |

|                                  |       |               |            |              |              |              |               |                    |
|----------------------------------|-------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| 01.11.-31.12. -43%               | 37,54 | 26,25         |            |              |              |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 54%                | 40,43 | 26,25         |            |              |              |              |               |                    |
| 01.03 - 67%                      | 43,84 | 26,25         |            |              |              |              |               |                    |
| <b>масса отварного картофеля</b> |       | <b>25,00</b>  |            |              |              |              |               |                    |
| морковь до 01.01.-25%            | 32,81 | 26,25         |            |              |              |              |               |                    |
| с 01.01 - 33%                    | 34,91 | 26,25         |            |              |              |              |               |                    |
| <b>масса отварной моркови</b>    |       | <b>25,00</b>  |            |              |              |              |               |                    |
| горошек зеленый консервированный | 9,24  | 6,00          |            |              |              |              |               |                    |
| масло растительное               | 4,00  | 4,00          |            |              |              |              |               |                    |
| <b>Котлета мясная</b>            |       |               | <b>90</b>  | <b>12,35</b> | <b>11,36</b> | <b>17,64</b> | <b>251,36</b> | <b>№440-2004</b>   |
| филе куриное                     | 46,20 | 42,00         |            |              |              |              |               |                    |
| фарш говяжий                     | 22,95 | 22,50         |            |              |              |              |               |                    |
| хлеб пшеничный 60%               | 12,00 | 12,00         |            |              |              |              |               |                    |
| вода для замачивания хлеба       | 14,00 | 14,00         |            |              |              |              |               |                    |
| яйцо куриное                     | 2,00  | 2,00          |            |              |              |              |               |                    |
| лук репчатый                     | 11,54 | 9,70          |            |              |              |              |               |                    |
| соль                             | 0,80  | 0,80          |            |              |              |              |               |                    |
| масса п/ф                        |       | <b>103,00</b> |            |              |              |              |               |                    |
| сухари панировочные              | 5,00  | 5,00          |            |              |              |              |               |                    |
| <b>Гречка рассыпчатая</b>        |       |               | <b>150</b> | <b>4,00</b>  | <b>5,28</b>  | <b>28,62</b> | <b>187,05</b> | <b>(№ 67-2011)</b> |
| крупа гречневая                  | 50,00 | 50,00         |            |              |              |              |               |                    |

|                                |        |        |            |             |             |             |              |                     |
|--------------------------------|--------|--------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------|
| вода питьевая                  | 106,50 | 106,50 |            |             |             |             |              |                     |
| масло сливочное 72.5 %         | 6,00   | 6,00   |            |             |             |             |              |                     |
| соль йодированная              | 1,50   | 1,50   |            |             |             |             |              |                     |
| или                            |        |        |            |             |             |             |              |                     |
| <b>Капуста тушеная</b>         |        |        | <b>150</b> | <b>3,6</b>  | <b>6,3</b>  | <b>17,8</b> | <b>142</b>   | <b>№245-1997</b>    |
| капуста б/к                    | 193,75 | 155,00 |            |             |             |             |              |                     |
| морковь до 01.01.-25%          | 22,50  | 18,00  |            |             |             |             |              |                     |
| с 01.01 - 33%                  | 23,94  | 18,00  |            |             |             |             |              |                     |
| лук репчатый                   | 10,71  | 9,00   |            |             |             |             |              |                     |
| мука пшеничная                 | 2,30   | 2,30   |            |             |             |             |              |                     |
| вода питьевая                  | 12,00  | 12,00  |            |             |             |             |              |                     |
| лавровый лист                  | 0,01   | 0,01   |            |             |             |             |              |                     |
| масло растительное             | 5,00   | 5,00   |            |             |             |             |              |                     |
| <b>Соус сметанно- томатный</b> |        |        | <b>30</b>  | <b>0,57</b> | <b>1,71</b> | <b>1,56</b> | <b>23,40</b> | <b>№ 601-2004)</b>  |
| сметана                        | 4,50   | 4,50   |            |             |             |             |              |                     |
| паста томатная                 | 3,00   | 3,00   |            |             |             |             |              |                     |
| мука пшеничная                 | 1,50   | 1,50   |            |             |             |             |              |                     |
| вода                           | 25,50  | 25,50  |            |             |             |             |              |                     |
| соль йодированная              | 0,20   | 0,20   |            |             |             |             |              |                     |
| <b>Чай с сахаром</b>           |        |        | <b>200</b> | <b>0,01</b> | <b>0,00</b> | <b>9,98</b> | <b>39,98</b> | <b>(№ 268-2004)</b> |
| чай заварка                    | 0,50   | 0,50   |            |             |             |             |              |                     |

|                                                                              |        |              |               |              |              |              |               |                     |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| вода питьевая                                                                | 200,00 | 200,00       |               |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                                  | 9,00   | 9,00         |               |              |              |              |               |                     |
| или                                                                          |        |              |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Компот из свежих ягод</b>                                                 |        |              | <b>200</b>    | <b>0,78</b>  | <b>0,01</b>  | <b>13,68</b> | <b>55,88</b>  | <b>(№ 106-2006)</b> |
| ягодно-яблочная смесь с/м                                                    | 21,00  | 21,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или ягодно- яблочная смесь "Рябинка" с/м                                     | 21,00  | 21,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или брусника с/м                                                             | 21,00  | 21,00        |               |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                                  | 9,00   | 9,00         |               |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                | 200,00 | 200,00       |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |              | <b>20</b>     | <b>1,00</b>  | <b>0,30</b>  | <b>8,10</b>  | <b>38,90</b>  |                     |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |              | <b>20</b>     | <b>0,70</b>  | <b>0,10</b>  | <b>9,40</b>  | <b>41,30</b>  |                     |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |              |               | <b>18,70</b> | <b>18,81</b> | <b>80,08</b> | <b>590,19</b> |                     |
| <b>Обед</b>                                                                  |        |              |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Яйцо отварное</b>                                                         |        |              | <b>40</b>     | <b>5,08</b>  | <b>4,60</b>  | <b>0,28</b>  | <b>62,80</b>  | <b>№ 209-2011</b>   |
| яйцо куриное                                                                 | 40,00  | 40,00        |               |              |              |              |               |                     |
| <b>Уха рыбацкая</b>                                                          |        |              | <b>200/10</b> | <b>6,23</b>  | <b>4,28</b>  | <b>10,21</b> | <b>134,46</b> | <b>№ 181-1996</b>   |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)                                       | 19,20  | 12,00        |               |              |              |              |               |                     |
| или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей)                                 | 19,20  | 12,00        |               |              |              |              |               |                     |
| <b>масса готовой рыбы</b>                                                    |        | <b>10,00</b> |               |              |              |              |               |                     |
| картофель - 01.09-31.10 - 25%                                                | 74,48  | 56,00        |               |              |              |              |               |                     |
| 01.11-31.12 - 30%                                                            | 80,08  | 56,00        |               |              |              |              |               |                     |

|                            |        |              |            |             |              |              |               |                     |
|----------------------------|--------|--------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| 01.01-29.02 - 35%          | 86,24  | 56,00        |            |             |              |              |               |                     |
| 01.03 - 40%                | 93,52  | 56,00        |            |             |              |              |               |                     |
| лук репчатый               | 7,62   | 6,40         |            |             |              |              |               |                     |
| морковь до 01.01           | 10,00  | 8,00         |            |             |              |              |               |                     |
| морковь с 01.01            | 10,64  | 8,00         |            |             |              |              |               |                     |
| лавровый лист              | 0,01   | 0,01         |            |             |              |              |               |                     |
| масло сливочное            | 3,00   | 3,00         |            |             |              |              |               |                     |
| или масло растительное     | 3,00   | 3,00         |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Бефстроганов</b>        |        |              | <b>100</b> | <b>9,10</b> | <b>16,54</b> | <b>13,52</b> | <b>160,24</b> | <b>№ 250-2011</b>   |
| говядина гуляш             | 84,00  | 80,00        |            |             |              |              |               |                     |
| или филе куриное           | 67,10  | 61,00        |            |             |              |              |               |                     |
| <b>масса готового мяса</b> |        | <b>50,00</b> |            |             |              |              |               |                     |
| лук репчатый               | 9,52   | 8,00         |            |             |              |              |               |                     |
| сметана                    | 15,00  | 15,00        |            |             |              |              |               |                     |
| вода питьевая              | 30,00  | 30,00        |            |             |              |              |               |                     |
| мука пшеничная в/с         | 2,50   | 2,50         |            |             |              |              |               |                     |
| соль йодированная          | 0,60   | 0,60         |            |             |              |              |               |                     |
| масло растительное         | 1,50   | 1,50         |            |             |              |              |               |                     |
| <b>Макароны отварные</b>   |        |              | <b>150</b> | <b>5,82</b> | <b>5,68</b>  | <b>37,08</b> | <b>176,00</b> | <b>(№ 309-2011)</b> |
| макаронные изделия         | 60,00  | 60,00        |            |             |              |              |               |                     |
| соль йодированная          | 1,20   | 1,20         |            |             |              |              |               |                     |
| вода питьевая              | 157,50 | 157,50       |            |             |              |              |               |                     |

|                                                                       |        |        |     |       |       |        |         |            |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----|-------|-------|--------|---------|------------|
| масло сливочное 72.5 %                                                | 5,00   | 5,00   |     |       |       |        |         |            |
| Чай с молоком и сахаром                                               |        |        | 200 | 1,55  | 1,28  | 14,41  | 75,64   | № 685-2004 |
| чай чёрный                                                            | 0,50   | 0,50   |     |       |       |        |         |            |
| сахар песок                                                           | 10,00  | 10,00  |     |       |       |        |         |            |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                         | 100,00 | 100,00 |     |       |       |        |         |            |
| вода питьевая                                                         | 100,00 | 100,00 |     |       |       |        |         |            |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |        |        | 50  | 3,30  | 0,60  | 17,10  | 86,00   |            |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |        |        | 50  | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00   |            |
| ИТОГО:                                                                |        |        |     | 26,03 | 27,80 | 117,00 | 792,14  |            |
|                                                                       |        |        |     | 44,73 | 46,61 | 197,08 | 1382,33 |            |

| 19 день               |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
|-----------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------------|
| Наименование блюда    | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Номер рецептуры |
|                       |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |                 |
| Завтрак               |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Бутерброд с маслом    |           |          | 20/10             | 1,60     | 8,70    | 9,90   | 124,00   | (№ 1-2014)      |
| хлеб пшеничный        | 20,00     | 20,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| масло сливочное 72,5% | 10,00     | 10,00    |                   |          |         |        |          |                 |
| или                   |           |          |                   |          |         |        |          |                 |
| Бутерброд с джемом    |           |          | 17/15             | 1,30     | 0,20    | 9,20   | 44,40    |                 |
| хлеб пшеничный        | 17,00     | 17,00    |                   |          |         |        |          |                 |

|                                                              |        |              |                 |              |             |              |               |                      |
|--------------------------------------------------------------|--------|--------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|----------------------|
| джем                                                         | 15,00  | 15,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| <b>Ши из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной</b> |        |              | <b>250/10/5</b> | <b>10,80</b> | <b>4,10</b> | <b>3,74</b>  | <b>72,17</b>  | <b>( № 124-2004)</b> |
| говядина гуляш                                               | 16,80  | 16,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| или курица- тушка                                            | 15,52  | 14,50        |                 |              |             |              |               |                      |
| <b>масса отварного мяса</b>                                  |        | <b>10,00</b> |                 |              |             |              |               |                      |
| капуста б/кочанная                                           | 62,50  | 50,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                               | 39,9   | 30,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| 01.11.-31.12. -30%                                           | 42,90  | 30,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| 01.01-29.02 - 35%                                            | 46,20  | 30,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| 01.03. - 40%                                                 | 50,10  | 30,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| морковь до 01.01.-20%                                        | 15,00  | 12,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| с 01.01 - 25%                                                | 15,96  | 12,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| лук репчатый                                                 | 11,90  | 10,00        |                 |              |             |              |               |                      |
| масло растительное                                           | 3,00   | 3,00         |                 |              |             |              |               |                      |
| или масло сливочное                                          | 5,00   | 5,00         |                 |              |             |              |               |                      |
| лавровый лист                                                | 0,01   | 0,01         |                 |              |             |              |               |                      |
| вода питьевая                                                | 200,00 | 200,00       |                 |              |             |              |               |                      |
| соль йодированная                                            | 1,50   | 1,50         |                 |              |             |              |               |                      |
| сметана 15%                                                  | 5,00   | 5,00         |                 |              |             |              |               |                      |
| <b>Пирог с какао</b>                                         |        |              | <b>80</b>       | <b>4,56</b>  | <b>6,72</b> | <b>30,14</b> | <b>194,00</b> | <b>( № 563-2013)</b> |
| кефир 2.5%                                                   | 32,00  | 32,00        |                 |              |             |              |               |                      |

|                                         |        |            |            |             |             |              |              |                     |
|-----------------------------------------|--------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------------|
| крупa манная                            | 22,40  | 22,40      |            |             |             |              |              |                     |
| сахар песок                             | 19,20  | 19,20      |            |             |             |              |              |                     |
| масло сливочное 72,5%                   | 10,00  | 10,00      |            |             |             |              |              |                     |
| или масло растительное                  | 10,00  | 10,00      |            |             |             |              |              |                     |
| какао порошок                           | 0,20   | 0,20       |            |             |             |              |              |                     |
| сода пищевая                            | 0,40   | 0,40       |            |             |             |              |              |                     |
| ванилин                                 | 0,05   | 0,048      |            |             |             |              |              |                     |
| мука пшеничная в/с                      | 9,60   | 9,60       |            |             |             |              |              |                     |
| яйцо куриное                            | 7,60   | 7,60       |            |             |             |              |              |                     |
| <i>масса п/ф</i>                        |        | <i>101</i> |            |             |             |              |              |                     |
| масло растительное для смазки           | 1,00   | 1,00       |            |             |             |              |              |                     |
| сахарная пудра                          | 1,00   | 1,00       |            |             |             |              |              |                     |
| <b>Компот из сухофруктов +Витамин С</b> |        |            | <b>200</b> | <b>0,60</b> | <b>0,08</b> | <b>21,52</b> | <b>90,70</b> | <b>№ 350-2011</b>   |
| сухофрукты                              | 19,00  | 19,00      |            |             |             |              |              |                     |
| сахар песок                             | 9,00   | 9,00       |            |             |             |              |              |                     |
| вода питьевая                           | 185,00 | 185,00     |            |             |             |              |              |                     |
| или                                     |        |            |            |             |             |              |              |                     |
| <b>Чай с молоком и сахаром</b>          |        |            | <b>200</b> | <b>1,55</b> | <b>1,28</b> | <b>14,41</b> | <b>75,64</b> | <b>(№ 685-2004)</b> |
| чай чёрный                              | 0,50   | 0,50       |            |             |             |              |              |                     |
| сахар песок                             | 9,00   | 9,00       |            |             |             |              |              |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности           | 50,00  | 50,00      |            |             |             |              |              |                     |

|                                                                                       |        |        |        |              |              |              |               |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| вода питьевая                                                                         | 150,00 | 150,00 |        |              |              |              |               |               |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов                 |        |        | 20     | 1,00         | 0,30         | 8,10         | 38,90         |               |
| Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан) |        |        | 120    | 0,4          | 0,0          | 14,4         | 59,2          |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                         |        |        |        | <b>18,96</b> | <b>19,90</b> | <b>87,80</b> | <b>578,97</b> |               |
| <b>Обед</b>                                                                           |        |        |        |              |              |              |               |               |
| Нарезка из свежих огурцов с маслом                                                    |        |        | 60     | 0,42         | 3,05         | 1,14         | 47,46         | (№ 14/1-2011) |
| огурцы свежие грунтовые                                                               | 58,80  | 56,00  |        |              |              |              |               |               |
| или огурцы свежие парниковые                                                          | 58,80  | 56,00  |        |              |              |              |               |               |
| масло растительное                                                                    | 4,00   | 4,00   |        |              |              |              |               |               |
| соль йодированная                                                                     | 0,30   | 0,30   |        |              |              |              |               |               |
| зелень свежая                                                                         | 0,50   | 0,50   |        |              |              |              |               |               |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей                                     |        |        | 200/12 | 4,98         | 5,66         | 25,6         | 130,00        | № 158-2013    |
| курица- тушка                                                                         | 18,62  | 17,40  |        |              |              |              |               |               |
| или грудка куриная н/к (филе без кожи и костей)                                       | 19,76  | 14,64  |        |              |              |              |               |               |
| масса отварной курицы                                                                 |        | 12,00  |        |              |              |              |               |               |
| макаронные изделия (лапша)                                                            | 8,00   | 8,00   |        |              |              |              |               |               |
| морковь до 01.01.-20%                                                                 | 12,50  | 10,00  |        |              |              |              |               |               |
| с 01.01 - 25%                                                                         | 13,30  | 10,00  |        |              |              |              |               |               |
| лук репчатый                                                                          | 9,52   | 8,00   |        |              |              |              |               |               |
| масло растительное                                                                    | 2,50   | 2,50   |        |              |              |              |               |               |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                                        | 79,80  | 60,00  |        |              |              |              |               |               |

|                                                |        |               |              |              |              |              |               |                   |
|------------------------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| 01.11.-31.12. -30%                             | 85,80  | 60,00         |              |              |              |              |               |                   |
| 01.01-29.02 - 35%                              | 92,40  | 60,00         |              |              |              |              |               |                   |
| 01.03 - 40%                                    | 100,20 | 60,00         |              |              |              |              |               |                   |
| соль йодированная                              | 1,50   | 1,50          |              |              |              |              |               |                   |
| вода                                           | 144,00 | 144,00        |              |              |              |              |               |                   |
| <b>Суфле рыбное с томатным соусом</b>          |        |               | <b>90/30</b> | <b>11,10</b> | <b>12,33</b> | <b>21,11</b> | <b>274,11</b> | <b>№ 268-2011</b> |
| горбуша с/м ( филе с кожей без костей)         | 44,73  | 31,50         |              |              |              |              |               |                   |
| или минтай с/м б/г (филе с кожей без костей)   | 18,23  | 13,50         |              |              |              |              |               |                   |
| молоко питьевое 2,5% жирности                  | 4,16   | 4,16          |              |              |              |              |               |                   |
| яйцо куриное                                   | 5,51   | 5,51          |              |              |              |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                          | 38,63  | 30,90         |              |              |              |              |               |                   |
| морковь с 01.01.-25%                           | 41,10  | 30,90         |              |              |              |              |               |                   |
| <b>масса припущенной моркови</b>               |        | <b>28,35</b>  |              |              |              |              |               |                   |
| лук репчатый                                   | 16,47  | 13,84         |              |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                             | 1,00   | 1,00          |              |              |              |              |               |                   |
| <b>масса полуфабриката</b>                     |        | <b>106,20</b> |              |              |              |              |               |                   |
| <b>соус томатный (331-2011)</b>                |        | <b>30,00</b>  |              |              |              |              |               |                   |
| мука пшеничная в/с                             | 1,50   | 1,50          |              |              |              |              |               |                   |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 7,50   | 7,50          |              |              |              |              |               |                   |
| соль йодированная                              | 0,20   | 0,20          |              |              |              |              |               |                   |
| вода питьевая                                  | 25,50  | 25,50         |              |              |              |              |               |                   |
| <b>Пюре картофельное</b>                       |        |               | <b>150</b>   | <b>3,25</b>  | <b>6,70</b>  | <b>22,01</b> | <b>143,76</b> | <b>№ 312-2011</b> |

|                                                                              |        |        |            |              |              |               |                |                                              |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------------------------------------|
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                               | 170,24 | 128,00 |            |              |              |               |                |                                              |
| 01.11.-31.12. -30%                                                           | 183,04 | 128,00 |            |              |              |               |                |                                              |
| 01.01-29.02 - 35%                                                            | 197,12 | 128,00 |            |              |              |               |                |                                              |
| 01.03 - 40%                                                                  | 213,76 | 128,00 |            |              |              |               |                |                                              |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 23,63  | 22,50  |            |              |              |               |                |                                              |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 8,00   | 5,00   |            |              |              |               |                |                                              |
| <b>Компот из ягодной смеси</b>                                               |        |        | <b>200</b> | <b>0,10</b>  | <b>0,16</b>  | <b>11,68</b>  | <b>47,90</b>   | <b>№ 344-2011</b>                            |
| ягодно-яблочная смесь                                                        | 20,00  | 20,00  |            |              |              |               |                |                                              |
| или ягодная смесь "Рябинка"                                                  | 20,00  | 20,00  |            |              |              |               |                |                                              |
| или ягодня смесь "Я Вишенка"                                                 | 20,00  | 20,00  |            |              |              |               |                |                                              |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |            |              |              |               |                |                                              |
| вода питьевая                                                                | 180    | 180,00 |            |              |              |               |                |                                              |
| или                                                                          |        |        |            |              |              |               |                |                                              |
| <b>Напиток витаминизированный "Витошка"</b>                                  |        |        | 200,00     |              |              | 20,00         | 80,00          | <b>ГЦ<br/>10.86.10.590-<br/>002_17940901</b> |
| Смесь для напитка Витошка                                                    | 20     | 20     |            |              |              |               |                |                                              |
| Вода                                                                         | 200    | 200    |            |              |              |               |                |                                              |
| <b>Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов</b>       |        |        | <b>40</b>  | <b>2,64</b>  | <b>0,48</b>  | <b>13,68</b>  | <b>68,80</b>   |                                              |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>50</b>  | <b>4,05</b>  | <b>0,50</b>  | <b>24,40</b>  | <b>97,00</b>   |                                              |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |        |            | <b>26,54</b> | <b>28,88</b> | <b>119,62</b> | <b>809,03</b>  |                                              |
|                                                                              |        |        |            | <b>45,50</b> | <b>48,78</b> | <b>207,42</b> | <b>1388,00</b> |                                              |
| <b>20 день</b>                                                               |        |        |            |              |              |               |                |                                              |

| Наименование блюда                        | Брутто, г | Нетто, г     | Химический состав |              |              |              |               | Номер рецептуры      |
|-------------------------------------------|-----------|--------------|-------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|
|                                           |           |              | Выход, г          | Белки, г     | Жиры, г      | Угл. г       | ЭЦ, ккал      |                      |
| <b>Нарезка из отварной свеклы с сыром</b> |           |              | <b>60</b>         | <b>0,66</b>  | <b>5,20</b>  | <b>9,40</b>  | <b>40,05</b>  | <b>№ 10-2001</b>     |
| свекла - до 01.01 - 20%                   | 70,85     | 56,68        |                   |              |              |              |               |                      |
| с 01.01 - 25%                             | 75,38     | 56,68        |                   |              |              |              |               |                      |
| <b>масса отварной свеклы</b>              |           | <b>52,00</b> |                   |              |              |              |               |                      |
| сыр сулугуни                              | 6,06      | 6,00         |                   |              |              |              |               |                      |
| масло растительное                        | 2,00      | 2,00         |                   |              |              |              |               |                      |
| зелень свежая                             | 0,68      | 0,50         |                   |              |              |              |               |                      |
| или                                       |           |              |                   |              |              |              |               |                      |
| <b>Нарезка из свежих огурцов с маслом</b> |           |              | <b>60</b>         | <b>0,42</b>  | <b>3,05</b>  | <b>1,14</b>  | <b>47,46</b>  | <b>(№ 14/1-2011)</b> |
| огурцы свежие грунтовые                   | 60,90     | 58,00        |                   |              |              |              |               |                      |
| или огурцы свежие парниковые              | 60,90     | 58,00        |                   |              |              |              |               |                      |
| масло растительное                        | 4,00      | 4,00         |                   |              |              |              |               |                      |
| соль йодированная                         | 0,30      | 0,30         |                   |              |              |              |               |                      |
| зелень свежая                             | 0,50      | 0,50         |                   |              |              |              |               |                      |
|                                           |           |              |                   |              |              |              |               |                      |
| <b>Азу</b>                                |           |              | <b>90</b>         | <b>10,90</b> | <b>11,50</b> | <b>12,00</b> | <b>242,96</b> | <b>( № 402-2006)</b> |
| говядина гуляш                            | 84,00     | 80,00        |                   |              |              |              |               |                      |
| или филе куриное                          | 67,10     | 61,00        |                   |              |              |              |               |                      |
| или свинина                               | 73,50     | 70,00        |                   |              |              |              |               |                      |
| <b>масса готового мяса</b>                |           | <b>50,00</b> |                   |              |              |              |               |                      |

|                                                                              |        |        |            |              |              |              |               |                     |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------|
| томатная паста (без консервантов и красителей)                               | 3,00   | 3,00   |            |              |              |              |               |                     |
| лук репчатый                                                                 | 11,90  | 10,00  |            |              |              |              |               |                     |
| огурцы соленые                                                               | 13,36  | 8,00   |            |              |              |              |               |                     |
| мука пшеничная в/с                                                           | 2,50   | 2,50   |            |              |              |              |               |                     |
| масло растительное                                                           | 2,00   | 2,00   |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                | 40,00  | 40,00  |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Макаронны отварные</b>                                                    |        |        | <b>150</b> | <b>5,82</b>  | <b>1,90</b>  | <b>37,08</b> | <b>176,00</b> | <b>№ 309-2011</b>   |
| макаронны отварные                                                           | 60,00  | 60,00  |            |              |              |              |               |                     |
| соль йодированная                                                            | 1,20   | 1,20   |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                | 157,50 | 157,50 |            |              |              |              |               |                     |
| масло сливочное 72.5 %                                                       | 4,00   | 4,00   |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Молоко питьевое 2,5% жирности кипяченое</b>                               |        |        | <b>200</b> | <b>3,1</b>   | <b>2,9</b>   | <b>21,4</b>  | <b>124</b>    |                     |
| молоко питьевое 2,5% жирности                                                | 210,00 | 200,00 |            |              |              |              |               |                     |
| или                                                                          |        |        |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Чай с сахаром</b>                                                         |        |        | <b>200</b> | <b>0,01</b>  | <b>0,00</b>  | <b>9,98</b>  | <b>39,98</b>  | <b>(№ 268-2004)</b> |
| чай заварка                                                                  | 0,50   | 0,50   |            |              |              |              |               |                     |
| вода питьевая                                                                | 200,00 | 200,00 |            |              |              |              |               |                     |
| сахар песок                                                                  | 10,00  | 10,00  |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов</b> |        |        | <b>30</b>  | <b>1,97</b>  | <b>0,25</b>  | <b>13,28</b> | <b>68,08</b>  |                     |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                |        |        |            | <b>19,36</b> | <b>18,85</b> | <b>81,74</b> | <b>567,07</b> |                     |
| <b>Обед</b>                                                                  |        |        |            |              |              |              |               |                     |
| <b>Салат овощной</b>                                                         |        |        | <b>60</b>  | <b>1,80</b>  | <b>4,00</b>  | <b>7,30</b>  | <b>72,40</b>  | <b>№ 69-2013</b>    |

|                                              |        |              |               |             |              |              |               |                    |
|----------------------------------------------|--------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| картофель - 01.09.-31.10.- 33%               | 34,91  | 26,25        |               |             |              |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -43%                           | 37,54  | 26,25        |               |             |              |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 54%                            | 40,43  | 26,25        |               |             |              |              |               |                    |
| 01.03 - 67%                                  | 43,84  | 26,25        |               |             |              |              |               |                    |
| <b>масса отварного картофеля</b>             |        | <b>25,00</b> |               |             |              |              |               |                    |
| морковь до 01.01.-25%                        | 32,81  | 26,25        |               |             |              |              |               |                    |
| с 01.01 - 33%                                | 34,91  | 26,25        |               |             |              |              |               |                    |
| <b>масса отварной моркови</b>                |        | <b>25,00</b> |               |             |              |              |               |                    |
| горошек зеленый консервированный             | 9,24   | 6,00         |               |             |              |              |               |                    |
| масло растительное                           | 4,00   | 4,00         |               |             |              |              |               |                    |
| или                                          |        |              |               |             |              |              |               |                    |
| <b>Нарезка из свежих помидоров с маслом</b>  |        |              | <b>60</b>     | <b>0,68</b> | <b>5,54</b>  | <b>3,90</b>  | <b>50,50</b>  | <b>№ 15/1-2011</b> |
| помидоры свежие грунтовые                    | 60,90  | 58,00        |               |             |              |              |               |                    |
| или помидоры свежие парниковые               | 60,90  | 58,00        |               |             |              |              |               |                    |
| масло растительное                           | 4,00   | 4,00         |               |             |              |              |               |                    |
| зелень свежая                                | 0,68   | 0,50         |               |             |              |              |               |                    |
| <b>Суп - пюре овощной с курой и гренками</b> |        |              | <b>250/10</b> | <b>6,51</b> | <b>10,04</b> | <b>12,14</b> | <b>155,00</b> | <b>№ 104-2018</b>  |
| филе куриное                                 | 13,42  | 12,20        |               |             |              |              |               |                    |
| <b>масса отварного мяса</b>                  |        | <b>10,00</b> |               |             |              |              |               |                    |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%               | 119,70 | 90,00        |               |             |              |              |               |                    |
| 01.11.-31.12. -30%                           | 128,70 | 90,00        |               |             |              |              |               |                    |
| 01.01-29.02 - 35%                            | 138,60 | 90,00        |               |             |              |              |               |                    |

|                                                |        |              |            |              |              |              |               |                   |
|------------------------------------------------|--------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| 01.03. - 40%                                   | 150,30 | 90,00        |            |              |              |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                          | 25,00  | 20,00        |            |              |              |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                  | 26,60  | 20,00        |            |              |              |              |               |                   |
| лук репчатый                                   | 14,28  | 12,00        |            |              |              |              |               |                   |
| молоко питьевое 2,5% жирности                  | 50,00  | 50,00        |            |              |              |              |               |                   |
| бульон от картофеля                            | 100,00 | 100,00       |            |              |              |              |               |                   |
| масло сливочное                                | 8,00   | 8,00         |            |              |              |              |               |                   |
| или масло растительное                         | 5,00   | 5,00         |            |              |              |              |               |                   |
| соль йодированное                              | 1,50   | 1,50         |            |              |              |              |               |                   |
| хлеб пшеничный                                 | 16,00  | 10,00        |            |              |              |              |               |                   |
| <b>Плов с мясом</b>                            |        |              | <b>220</b> | <b>13,40</b> | <b>10,60</b> | <b>45,63</b> | <b>383,33</b> | <b>№ 403-1996</b> |
| говядина 1 категории                           | 67,20  | 64,00        |            |              |              |              |               |                   |
| или свинина нежирная                           | 58,80  | 56,00        |            |              |              |              |               |                   |
| или филе куриное                               | 53,68  | 48,80        |            |              |              |              |               |                   |
| <i><b>масса тушеного мяса</b></i>              |        | <b>40,00</b> |            |              |              |              |               |                   |
| крупа рис пропаренный                          | 52,00  | 52,00        |            |              |              |              |               |                   |
| вода питьевая                                  | 112,00 | 112,00       |            |              |              |              |               |                   |
| соль йодированная                              | 1,67   | 1,67         |            |              |              |              |               |                   |
| морковь до 01.01.-20%                          | 34,73  | 27,78        |            |              |              |              |               |                   |
| с 01.01 - 25%                                  | 36,95  | 27,78        |            |              |              |              |               |                   |
| лук репчатый                                   | 13,22  | 11,11        |            |              |              |              |               |                   |
| томатная паста (без консервантов и красителей) | 5,56   | 5,56         |            |              |              |              |               |                   |
| масло растительное                             | 5,00   | 5,00         |            |              |              |              |               |                   |

|                                                                       |      |      |           |       |       |        |         |           |
|-----------------------------------------------------------------------|------|------|-----------|-------|-------|--------|---------|-----------|
| Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"                         |      |      | 200/20/10 | 0,2   | 0,0   | 15,5   | 62,8    | №686-2004 |
| чай-заварка                                                           | 1,5  | 1,5  |           |       |       |        |         |           |
| сахар                                                                 | 9    | 9    |           |       |       |        |         |           |
| лимон                                                                 | 11,4 | 10   |           |       |       |        |         |           |
| апельсин                                                              | 22,8 | 20   |           |       |       |        |         |           |
| Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов       |      |      | 40        | 2,64  | 0,48  | 13,68  | 68,80   |           |
| Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов |      |      | 50        | 4,05  | 0,50  | 24,40  | 97,00   |           |
| ИТОГО:                                                                |      |      |           | 27,48 | 27,42 | 118,65 | 784,10  |           |
|                                                                       |      |      |           | 46,84 | 46,27 | 200,39 | 1351,17 |           |
| Соль йодированная в расчете на 1 день                                 |      | 1,00 | 1,00      |       |       |        |         |           |
|                                                                       |      |      |           |       |       |        |         |           |
|                                                                       |      |      |           |       |       |        |         |           |
| Дата: " __ " _____ год                                                |      |      |           |       |       |        |         |           |