





Лук репчатый*	20,00	20												
Томатная паста*	10,00	10												
Мука в/с*	6,00	6												
Соль*	0,30	0,3												
Лавровый лист*	0,05	0,05												
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1												
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1	180	6,24	10,92	40,08	382,56		0,08	52,83	12,36	51,24	9,12	0,92
<b>Макаронные отварные</b>														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516														
Макаронные изделия*	63,00	63,0												
Масло сливочное*	12,00	12												
Соль*	0,60	0,6	200	0,2	0,2	11,2	47,4	12,6		10,4	6,04	4,2	1,2	0,3
<b>Компот "Ягодный коктейль"</b>														
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №696														
Смесь ягод(клюква, брусника, смородина)*	24,00	24												
Сахар*	7,00	7	30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>														
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30	25	1,9	0,2	12,15	58		0,03		5	16,25	3,5	0,27
<b>Хлеб пшеничный</b>														
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	25,00	25												
<b>Итого:</b>														
4 день 76(руб)														

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>															
			700						9,2	0,09	120,32	13,96	63,12	17,93	0,76
<b>Суп куриный с вермишелью</b>															
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №147															
Набор из мяса ЦБ*	23,06	15													
Картофель*	40,00	40													
Лук репчатый*	8,00	8													
Морковь*	8,00	8													
Масло сливочное*	4,00	4													
Макаронные изделия (паутинка)*	4,00	4													
Соль*	1,00	1													
Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05	235	17,5	20,9	24,36	355,54	2,5	0,17	141,4	299,3	410,6	32,4	3,8	
<b>Омлет с сыром, со сливочным маслом</b>															
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №342															
Яйцо*	180,00	180													
Молоко цельное*	63,00	63													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	1,10	1,1													
Сыр*	20,20	20													
Масло сливочное*	10,00	10	200	0,2	0,05	20,03	81,27	0,1		0,05	4,95	8,24	4,4	0,82	
<b>Чай с сахаром</b>															
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №685															
Сахар*	7,00	7													
Чай*	3,00	3	35	2,66	0,28	17,01	81,2		0,04		7	22,75	4,9	0,38	
<b>Хлеб пшеничный</b>															
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	35,00	35	30	2,19	0,4	10,65	54,96		0,06		9,9	54,9	16,2	1,26	
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>															
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30													
<b>Итого:</b>															
5 день 76(руб)															

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Обед</b>															
			680						13,42	0,09	98,51	19,9	60,32	21,08	0,76
<b>Рассольник ленинградский</b>															
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №132															
Картофель*	60,00	60													
Крупа перловая*	4,00	4													
Морковь*	8,00	8													
Лук репчатый*	4,00	4													
Огурцы консервированные (соленые)*	21,82	12													
Масло растительное*	2,00	2													
Соль*	0,30	0,3													
Лавровый лист*	0,02	0,02													
Укроп (сушеный)*	0,02	0,02													
Петрушка (сушеная)*	0,02	0,02	90	9,55	4,95	7,47	112,63	2,25	0,12	7,2	88,11	267,84	61,38	1,08	
<b>Поджарка из рыбы</b>															
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №379															
Минтай*	201,72	117													
Мука в/с*	7,00	7													
Лук репчатый*	36,00	36													
Масло сливочное*	3,00	3													
Масло растительное*	3,00	3													
Соль*	0,90	0,9													
Петрушка (сушеная)*	0,10	0,1	150	7	16,11	31,31	298,23	25,18	0,26	180,8	184,6	178,1	40,41	1,26	
<b>Картофель "Гратен"</b>															
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №259															
Картофель*	120,00	120													
Морковь*	25,00	25													
Лук репчатый*	15,00	15													
Масло сливочное*	2,00	2													
Масло растительное*	2,50	2,5													
Молоко цельное*	80,00	80													
Мука в/с*	3,00	3													
Соль*	0,50	0,5													
Чеснок сушеный*	0,07	0,07													
Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Сыр*	10,10	10	200			21,56	88	9,8	0,06		23	15,6	6,1	0,3	
<b>Сок фруктовый разливной</b>															
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
Сок(разливной)*	200,00	200	20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22	
<b>Хлеб пшеничный</b>															
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	20,00	20	20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,6	
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>															
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
<b>Итого:</b>															
6 день 76(руб)															

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо







			29,07	27,42	00,34	110,50	21,00	0,00							76(руб)	
			9 день						Наименование пищевых веществ							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины			Минералы, мг					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Обед</b>			710													
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками			220	5,8	3,2	28,2	164,8	5,4	0,18	125,84	30,2	89,7	29,68	1,59		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139																
	Крупа горох*	12,00	12													
	Картофель*	36,00	36													
	Морковь*	8,00	8													
	Лук репчатый*	8,00	8													
	Масло растительное*	2,00	2													
	Соль*	0,30	0,3													
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													
	Лавровый лист*	0,02	0,02													
	Укроп (сушеный)*	0,05	0,05													
	Петрушка (сушеная)*	0,05	0,05													
Рыба, запеченная "Солнышко"			100	16,8	13,6	4,6	208	6,7	0,09	53	132,17	237,6	45,03	0,43		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №382																
	Минтай*	141,38	82													
	Мука в/с*	6,00	6													
	Масло растительное*	2,00	2													
	Яйцо*	30,00	30													
	Молоко цельное*	15,00	15													
	Соль*	0,30	0,3													
Картофельное пюре			150	3,13	6,5	20,15	151,62	10,36	0,12	6,48	84,2	88,4	29,56	1,06		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №520																
	Картофель*	128,00	128													
	Молоко цельное*	24,00	24													
	Масло сливочное*	8,00	8													
	Соль*	0,30	0,3													
Напиток фруктовый "Изюминка"			200	0,36		20,2	82,24		0,03		16	25,8	8,4	0,6		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638																
	Изюм*	20,00	20													
	Сахар*	10,00	10													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22		
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2																
	Хлеб пшеничный*	20,00	20													
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8		
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1																
	Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
<b>Итого:</b>				29,08	23,72	89,97	689,68	22,46	0,48	185,32	273,17	491,1	126,27	4,7		

			10 день						Наименование пищевых веществ							76(руб)
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины			Минералы, мг					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Обед</b>			700													
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками			220	4,75	6,95	25,62	184,03	13,19	0,1	273,94	169,8	86,36	26,2	0,92		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168																
	Морковь*	24,00	24													
	Калуста*	16,00	16													
	Картофель*	18,00	18													
	Лук репчатый*	8,00	8													
	Мука в/с*	4,00	4													
	Масло сливочное*	8,00	8													
	Молоко цельное*	30,00	30													
	Соль*	0,30	0,3													
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	31,25	20													
	Лавровый лист*	0,02	0,02													
Мясо тушеное в сметанном соусе			90	11,42	16,92	11,3	243,16	3,81	0,47	12,6	19,11	124,51	18,4	0,91		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437																
	Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*	59,00	59													
	Масло растительное*	3,00	3													
	Лук репчатый*	20,00	20													
	Сметана*	10,00	10													
	Мука в/с*	6,00	6													
	Соль*	0,30	0,3													
	Лавровый лист*	0,02	0,02													
	Укроп (сушеный)*	0,10	0,1													
Макаронные отварные			150	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,11	10,3	42,7	7,6	0,77		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516																
	Макаронные изделия*	52,50	52,5													
	Масло сливочное*	12,00	12													
	Соль*	0,50	0,5													
Какао на цельном молоке (100/7/2)			200	3,08	3,6	11,91	92,36	1,3	0,04	13	120,5	100	15,6	0,14		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693																
	Какао*	2,00	2													
	Молоко цельное*	100,00	100													
	Сахар*	7,00	7													
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22		
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2																
	Хлеб пшеничный*	20,00	20													
Хлеб ржано-пшеничный			20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8		
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1																
	Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20													
<b>Итого:</b>				27,44	36,99	99,05	838,87	18,3	0,74	343,65	330,31	403,17	81,4	3,76		

Главный технолог

Гольшева А.А.