

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель филиала МБОУ «Белоярская СШ»
Летниковская ОШ им. В.А.Москвина»
Л.С.Кауфман

Приказ № _____



**Меню на летнюю
оздоровительную площадку
филиала МБОУ «Белоярская
СШ» Летниковская ОШ
им.В.А.Москвина»**

2025 год

1 день Понедельник

№ ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит. С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№340	Бутерброд с сыром и маслом			15/19/5	5,74	8,22	8,72	131,73	
				20/20/5	6,62	9,48	10,06	152,0	
	сыр	20\21	19\20						
	масло сливочное	5\5	5\5						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 94	Каша боярская пшенная с изюмом			200		13,94	41,73	331,58	
				250	9,8 12,25	17,43	52,16	414,48	
	крупа пшенная	38,2\47,5	38,2\47,5						
	молоко	121,8\152,5	121,8\152,5						
	сахар	8\10	8\10						
	масло сливочное	22\30	22\30						
	яйцо	0,2\0,24	10\12						
	изюм	2,7\3,5	2,7\3,5						
	Яйцо варёное	1 шт./1 шт	50/50	50	10,7	11,5	0,7	157,1	
№ 242	Какао с молоком			200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	молоко	100\100	100\100						
	сахар	15\15	15\15						
	какао-порошок	3\3	3\3						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15	1,14	0,13		33,9	
				40	3,04	0,36	7,0 18,68	90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25	2,2	0,4	11,4	66,33	
				30	2,64	0,48	13,68	79,6	
	итого			529	33,35	38,12	95,5	874,56	
				615	39,02	43,18	121,23	1047,50	
	ОБЕД								
	Огурец свежий	102\102	100\100	100	0,8	0,1	2,5	14,0	
				100					
№ 35	Свекольник с цыплёнком и сметаной			250\20\5	1,93	6,34	10,05	104,16	
				300\25\5	2,30	7,61	12,06	124,99	
	цыплен. потрашен. бр.	25,6\32	25\30						
	картофель	57,5\69	43,1\52						
	морковь	12,5\15	10\13						
	свекла	80\96	64\77						
	лук	13,4\16,1	11\13						
	томат - пюре	3,25\3,8	3,25\3,8						
	масло сливочное	5\6	5\6						
	сметана	5\5	5\5						
№ 189	Котлета из цыплёнка			110	17,32	19,56	11,82	292,43	-
				120	18,89	21,35	12,89	319,00	
	цыплёнок	156\175,4	142\155						
	хлеб	20\22	20\22						
	молоко	28\30	28\30						
	масло сливочное	8\8,3	8\8,3						
№ 83	Рагу из овощей			150	2,79	11,15	16,93	179,24	2,0
				200	3,72	14,87	22,57	238,99	
	картофель	64,5\86	48\64						
	морковь	30\40	16,5\22						
	капуста белокочанная	37,5\50	27\36						
	лук репчатый	14,5\19	6\8						
	масло растительное	6\8	6\8						
№ 261	Напиток из шиповника			200	0,68	-	21,01	46,87	77,6
	шиповник	20\20	20\20						
	сахар	15\15	15\15						

	Хлеб пшеничный	40\58	40\58	40 58	2,35 3,30	0,28 0,39	14,47 20,27	70,04 98,07	-
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	-
	ИТОГО			905 1068	18,18 34,31	37,85 45,16	88,75 115,24	776,39 981,22	79,6
	Яблоко	200/200	200/200	200 200	0,60	0,60	15,60	85,4	24,0
	<u>Итого за день</u>								

2 день Вторник

> ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит. С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 68	Бутерброд горячий с сыром			15/15/5	5,46	5,57	20,58	154,28	
	масло сливочное	5\5	5\5	20/20/5	7,02	7,16	26,46	198,36	
	сыр	16\21	15\20						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 97	Каша манная молочная с маслом			200\5	6,53	7,03	38,78	244,92	
	крупка манная	44,4\55,5	44,4\55,5	250\5	8,16	8,79	48,48	306,15	
	молоко	70\87,5	70\87,5						
	вода	94\117,5	94\117,5						
	сахар	5\6,3	5\6,3						
	масло сливочное	5\5	5\5						
№117	Омлет натуральный			65	5,82	9,02	1,52	110,54	
	молоко	25	25						
	яйцо	1 шт.	50						
	масло сливочное	2,5	2,5						
№ 259	Кофейный напиток с молоком			200	1,40	1,60	17,35	89,32	
	молоко	50\50	50\50	200					
	сахар	15\15	15\15						
	кофейный напиток	2\2	2\2						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15	1,14	0,13		33,9	
				40	3,04	0,36	7,0 18,68	90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25	2,2	0,4	11,4	66,33	
				30	2,64	0,48	13,68	79,6	
	итого			545	22,55	23,75	96,63	699,29	
				635	28,08	27,41	126,17	874,37	
	ОБЕД								
	Сельдь солёная	122,8\122,8	60\60	60/60	11,9	9,2	-	130,2	
№ 37	Суп гороховый с цыплёнком			250\20	2,34	3,89	13,61	98,79	2,0
	цыплёнок бройлерный	25,6\32	25\30	300\25	2,81	4,67	16,33	118,55	
	картофель	67,5\81	50\60						
	горох	21/25	21/25						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	12,5\15	10\12						
	масло сливочное	5\6	5\6						
№ 192	Цыпленок бройлерный отварной			110	28,63	28,63	1,52	381,35	
	цыплёнок бройлерный	142\155	132\145	120	31,24	31,24	1,67	416,03	
	морковь	3\4,6	2,4\3,7						
№73	Котлета картофельная с маслом			150/10	5,28	13,42	35,48	283,62	2,5
	картофель	208/208	156/156	150/10					
	мука пшеничная	6/6	6/6						
	яйца	1/7/1/7	6/6						
	сухари панировочные	6/6	6/6						
	масло сливочное	14/14	14/14						
	масло растительное	4/4	4/4						
№210	Капуста тушеная			80	2,09	2,58	8,60	69,73	
	капуста белокачанная или	105\131,3	84\105	100	2,62	3,23	13,45	87,16	
	капуста квашенная	102,88\128,6	72\90						
	масло растительное	3,5\4,5	3,5\4,5						
	морковь	4\5	3,2\4						

	лук репчатый	7,8\9,8	6,4\8						
	мука пшеничная	1\1,2	1\1,2						
	томат - пюре (томатная паста)	6,4\8 (2,5/3,2)	6,4\8 (2,5/3,2)						
№255	Компот из сухофруктов			200 200	0,56	-	27,89	113,79	
	сухофрукты	25\25	25\25						
	сахар	15\15	15\15						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,53 4,71	0,42 0,56	21,71 28,95	105,07 140,1	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,3	
	итого			970 1105	56,64 63,74	58,56 63,16	120,78 147,71	1252,19 1428,75	4,5
	Апельсин	200/200	200/200	200 200	0,9	0,2	8,1	37,8	10,0
	<u>Итого за день</u>								

3 день Среда

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 345	Бутерброд с маслом и повидлом			15/5/35 20/5/35	1,58 1,72	3,85 4,20	30,16 32,90	161,61 176,30	2,0
	масло сливочное	5\5	5\5						
	повидло	35,4\35,4	35\35						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 124	Запеканка из творога со сгущенным молоком.			180\20 200\30	35,06 38,96	14,53 16,15	34,92 38,80	410,67 456,30	
	творог	169,5/ 188,5	169/188						
	крупа манная	11,7/13	11,7/13						
	яйцо	1/10/1/7	5/6						
	сахар	11,7/13	11,7/13						
	масло сливочное	6,3/7	6,3/7						
	сметана	6,3/7	6,3/7						
	молоко сгущёное	20\30	20\30						
	ванилин	0,01	0,01						
№ 242	Какао с молоком			200 200	3,77	3,93	25,95	153,92	0,7
	молоко	100\100	100\100						
	сахар	15\15	15\15						
	какао-порошок	3\3	3\3						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,90 90,40	-
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,20 2,64	0,4 0,48	11,40 13,68	66,33 79,60	
	итого			495 560	43,75 50,13	22,84 25,12	109,43 130,01	826,43 956,52	2,7
	ОБЕД								
	Помидор свежий	102\102	100\100	100 100	0,88	0,2	2,69	18,0	
№ 34	Рассольник Ленинградский с говядиной и сметаной			250\20\5 300\25\10	5,03 6,03	11,30 13,56	32,38 38,85	149,60 179,52	2,0
	говядина	32\40	32\40						
	рис	5\6	5\6						
	лук репчатый	6,3\7,5	5\6						
	морковь	12,5\15	10\12						
	огурцы соленые	17,5\21	15\18						
	картофель	100\120	75\90						
	масло растительное	5\6	5\6						
	сметана	5\10	5\10						
№262	Сердце говяжье в соусе			90\50 100\50	27,87 30,97	31,13 34,59	8,67 9,63	426,25 473,61	
	сердце говяжье	149\166	149\166						
	морковь	5\6	4\5						
	лук репка	4,5\5	3,6\4						
	масло растительное	9\10	9\10						
№ 238	Соус томатный:								
	мука пшеничная	2,5	2,5						
	масло сливочное	2,5	2,5						
	томат-пюре	7,5	7,5						
№204	Макаронные изделия отварные с маслом			150 200	5,52 7,36	5,30 7,07	35,33 47,11	211,10 281,47	
	макаронные изделия	51\68	51\68						
	масло сливочное	6,8\9	6,8\9						

№ 253	Компот из кураги			200 200	0,33	-	22,66	91,98	0,15
	курага	20\20	20\20						
	сахар	15\15	15\15						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,53 4,71	0,42 0,56	21,71 28,95	105,07 140,10	-
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	-
	итого			955 1125	45,47 54,90	48,77 56,82	135,41 173,83	1071,65 1323,98	2,15
	Груша	200/200	200/200	200 200	0,6	0,6	16,0	65,6	19,0
	<u>Итого за день</u>								

4 день Четверг

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 344	Бутерброд с маслом сливочным			15/15 15/15	1,27	11,30	7,70	137,50	
	масло сливочное	15\15	15\15						
	хлеб пшеничный	15\15	15\15						
№ 93	Каша Дружба на молоке с маслом			200/5 250/5	6,55 8,19	8,33 10,41	35,09 43,86	241,11 301,39	
	рис	15\18,7	15\18,7						
	пшено	11\13,7	11\13,7						
	молоко	115\127	115\127						
	сахар	2,5\5	2,5\5						
	масло сливочное	5\5	5\5						
№ 122	Омлет с сыром			85 85	9,59	13,86	1,50	170,55	
	яйца	1,2шт\1,2шт	60/60						
	молоко	30/30	30/30						
	сыр	18,8/18,8	18/18						
	масло сливочное	3/3	3/3						
№ 259	Кофейный напиток с молоком			200 200	1,40	1,60	17,35	89,32	
	молоко	50\50	50\50						
	сахар	15\15	15\15						
	кофейный напиток	2\2	2\2						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,9 90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,2 2,64	0,4 0,48	11,4 13,68	66,33 79,6	
	ИТОГО			560 640	22,15 26,13	35,62 38,01	80,04 102,77	738,71 868,76	
	ОБЕД								
	Огурцы свежие	102\102	100\100	100 100	0,8	0,1	2,5	14,0	
№ 40	Суп с мясными фрикадельками			250\35 300\35	9,76 13,66	6,82 9,55	19,01 26,61	175,10 245,14	
	Фарш:								
	говядина	40\40	40\40						
	лук репчатый	4\4	3,5\3,5						
	яйца	1\13\1\13	3\3						
	картофель	113,8\136,5	100\120						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	6,3\7,5	5\6						
	масло сливочное	2,5\3	2,5\3						
№ 147	Рыба, припущенная в молоке			110\25 120\25	14,66 16,00	4,37 4,76	7,50 8,18	127,85 139,47	
	минтай потрош. б/г	184\200	134\146						
	лук репчатый	35\41	30\35						
	молоко	47\56	47\56						
	масло растительное	10\12	10\12						
№ 213	Картофель, запеченный из отварного			200 200	4,78	19,54	41,30	360,99	
	картофель	264\264	198\198						
	масло растительное	19,2\19,2	19,2\19,2						
№ 250	Кисель из сухофруктов			200 200	0,27	-	30,82	124,17	-
	сухофрукты	12\12	12\12						
	сахар	15\15	15\15						
	крахмал	6\6	6\6						
	лимонная кислота	0,2\0,2	0,2\0,2						

	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,53 4,71	0,42 0,56	21,71 28,95	105,07 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			1010 1120	36,11 44,84	31,67 35,35	134,81 162,30	976,83 1163,17	
	Яблоко	200/200	200/200	200 200	0,60	0,60	15,60	85,4	24,0
	<u>Итого за день</u>								

5 день Пятница

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 340	Бутерброд с сыром и маслом			15/19/5 20/20/5	5,74 6,62	8,22 9,48	8,72 10,06	131,73 152,0	
	сыр	20\21	19\20						
	масло сливочное	5\5	5\5						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 134	Пудинг из творога с рисом и сг. молоком			190\30 210\30	27,81 30,74	6,81 7,53	36,52 40,36	318,78 352,35	
	творог	144,5/160	144/159						
	яйцо	0,24/0,26	12/13						
	сахар	14/15,4	14/15,4						
	рис	28/30	28/30						
	масло сливочное	6,3/7	6,3/7						
	сметана	6,3/7	6,3/7						
	молоко сгущенное	30\30	30\30						
№ 242	Какао с молоком			200 200	3,77	3,93	25,95	153,92	0,7
	молоко	100\100	100\100						
	сахар	15\15	15\15						
	какао-порошок	3\3	3\3						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,90 90,40	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,2 2,64	0,4 0,48	11,4 13,68	66,33 79,60	
	итого			499 555	40,66 46,81	19,49 21,78	89,59 108,73	704,66 828,27	0,7
	ОБЕД								
	Сельдь солёная	122,8/ 122,8	60/60	60/60	11,9	9,2	-	130,2	
№ 27	Борщ с капустой, цыпленком и сметаной			250\20\5 300\25\5	1,90 2,28	6,66 7,99	10,81 12,97	111,11 133,33	
	цыплёнок бройлерный	25,6\32	25\30						
	свекла	50\60	40\48						
	капуста белокочанная	25\30	20\24						
	картофель	28\34	20\24						
	морковь	13,1\15,7	10\12						
	лук репчатый	6,3\7,5	5\6						
	масло растительное	3\3,5	3\3,5						
	лимонная кислота	0,2\0,3	0,2\0,3						
	сметана	5\5	5\5						
№ 162	Гуляш из говядины			90\50 100\50	27,87 30,97	31,13 34,59	8,67 9,63	426,25 473,61	
	говядина	143\159	143\159						
	масло сливочное	6,5\6,5	6,5\6,5						
	лук репка	17\17	14\14						
	томат-пюре	11\11	11\11						
	мука пшеничная	3,7\3,7	3,7\3,7						
№71	Запеканка овощная			150 200	6,83 9,11	15,3 20,41	33,21 44,29	297,96 397,29	6,7
	картофель	124,5/166	98,7/125						
	капуста белокочанная	40,5/55	30/40						
	морковь	40,5/54	32/44						
	лук репчатый	20/24	15/20						
	масло растительное	11/15	11/15						
	манка	7,5/10	7,5/10						
	яйца	1/12/1/5	6/8						
	сметана	5/5	5/5						

	сухари панировочные	8/10	8/10						
№ 261	Напиток из шиповника			200	0,68	-	21,01	46,87	77,6
	шиповник	20\20	20\20						
	сахар	15\15	15\15						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,34 4,71	0,39 0,56	20,54 28,95	99,42 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			915 1080	54,83 64,27	63,10 73,59	106,21 140,79	1181,46 1460,70	84,3
	Апельсин	200/200	200/200	200 200	0,4	0,4	9,8	44,4	4,0
	<u>Итого за день</u>				152,28 184,44	114,53 133,03	441,24 541,45	3114,7 3726,28	118,0

6 день Суббота

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 68	Бутерброд горячий с сыром			15/15/5 20/20/5	5,46 7,02	5,57 7,16	20,58 26,46	154,28 198,36	
	масло сливочное	5\5	5\5						
	сыр	16\21	15\20						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 45	Суп молочный с лапшой			200 250	5,58 6,98	6,12 7,65	19,73 24,66	156,08 195,10	
	молоко	140\175	140\175						
	вода	44\55	44\55						
	масло сливочное	2\2,5	2\2,5						
	сахар	2\2,5	2\2,5						
	макаронные изделия	16\20	16\20						
№ 117	Омлет натуральный			65	5,82	9,02	1,52	110,54	
	молоко	25	25						
	яйцо	1шт.	50						
	масло сливочное	2,5	2,5						
№ 259	Кофейный напиток с молоком			200 200	1,40	1,60	17,35	89,32	
	молоко	50\50	50\50						
	сахар	15\15	15\15						
	кофейный напиток	2\2	2\2						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,90 90,40	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,20 2,64	0,40 0,48	11,40 13,68	66,33 79,60	
	итого			540 630	21,60 26,90	22,84 26,27	77,58 102,35	610,45 763,32	
	ОБЕД								
	Помидор свежий	102	100	100	0,88	0,2	2,69	18,0	
№ 55	Щи с капустой дыпленком и сметаной			250\20\1 0 300\25\1 0	2,09 2,51	6,33 7,59	10,64 12,77	107,83 129,39	-
	дыплёнок бройлерный	25,6\32	25\30						
	капуста белокочанная	68,7\82,5	50\60						
	картофель	40\48	30\36						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	12,5\15	10\12						
	масло растительное	5\6	5\6						
	сметана	10\10	10\10						
№ 143	Котлета рыбная с маслом			110\5 120\5	16,28 17,76	3,03 3,30	10,67 11,64	135,03 147,30	
	минтай потр. б/г	144\160	80\98						
	хлеб пшеничный	20\22	20\22						
	молоко	16\17,5	16\17,5						
	яйца	1\81\6	6\8						
	масло сливочное	5\5	5\5						
№ 216	Картофельное пюре			200 200	4,26 4,26	8,08 8,08	31,06 31,06	213,94 213,94	
	картофель	226\226	168\168						
	молоко	32\32	30\30						
	масло сливочное	9\9	9\9						
№ 255	Компот из сухофруктов			200 200	0,56	-	27,89	113,79	

	сухофрукты	25\25	25\25						
	сахар	15\15	15\15						
	Хлеб пшеничный	40\58	40\58	40 58	3,57 4,71	0,42 0,56	21,94 28,95	106,20 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			965 1078	29,95 35,30	18,48 20,57	116,86 138,94	764,44 901,85	
	Груша	200/200	200/200	200 200	0,6	0,6	16,0	65,6	19,0
	<u>Итого за день</u>								

7 день Воскресенье

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 345	Бутерброд с маслом и повидлом			15/5/35 20/5/35	1,58 1,72	3,85 4,20	30,16 32,90	161,61 176,30	2,0
	масло сливочное	5\5	5\5						
	повидло	35,4\35,4	35\35						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 100	Каша овсяная «геркулес» на молоке с маслом			200\5 250\5	6,33 7,91	8,90 11,13	25,49 31,86	207,38 259,23	
	крупа «геркулес»	30\37,5	30\37,5						
	молоко	107\133,4	107\133,4						
	сахар	5\6	5\6						
	масло сливочное	5\5	5\5						
	Яйцо вареное	1 шт./ 1шт.	50/50	50	10,7	11,5	0,7	157,1	
№ 242	Какао с молоком			200 200	3,77	3,93	25,95	153,92	0,7
	молоко	100\100	100\100						
	сахар	15\15	15\15						
	какао-порошок	3\3	3\3						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,9 90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,2 2,64	0,4 0,48	11,4 13,68	66,33 79,6	
	итого			550 635	25,72 29,78	28,71 31,60	100,70 123,77	780,24 916,55	2,7
	ОБЕД								
	Огурец свежий	102\102	100\100	100\100	0,8	0,1	2,5	14,0	
№ 195 сб. 1981	Борщ сибирский с мясными фрикадельками и сметаной			250\35\5 300\35\5	5,60 6,73	6,57 7,89	19,02 22,83	136,22 163,47	
№ 66	фрикадельки:								
	говядина	40\40	40\40						
	лук репчатый	4\4	3,5\3,5						
	яйцо	1\13\1\13	4\4						
	масло растительное	2,5\3,5	2,5\3,5						
	фасоль	8\9	8\9						
	картофель	35,7\43	25,7\31						
	лук репчатый	6\7	5\6						
	морковь	16,7\20	12,5\16						
	свекла	70\86	50\68						
	капуста свежая	25\30	20\24						
	томатная паста	3\4,2	3\4,2						
	сметана	5\5	5\5						
№172	Печень говяжья по-строгановски			90/40 100/40	29,98 33,31	37,22 41,36	6,04 6,71	475,91 528,78	
	печень говяжья	159/177	132/147						
	масло растительное	11,5/12,5	11,5/12,5						
№236	Соус сметанный			40					
	мука	1	1						
	масло сливочное	1	1						
	сметана	20	20						
№201	Рис отварной с маслом			150 200	3,89 5,18	5,09 6,78	40,28 53,70	225,18 300,24	9,1
	рис	54\72	54\72						
	масло сливочное	6,7\9	6,7\9						
№ 253	Компот из кураги			200	0,33	-	22,66	91,98	0,15

				200					
	курага	20\20	20\20						
	сахар	15\15	15\15						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,36 4,71	0,4 0,56	20,6 28,95	105,07 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			960 1120	46,27 55,68	49,80 57,53	123,07 161,29	1118,01 1377,87	9,25
	Яблоко	200/200	200/200	200 200	0,60	0,60	16,0	65,60	12,0
	<u>Итого за день</u>								

)
8 день Понедельник

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 344	Бутерброд с маслом сливочным			15/10	1,06	9,42	6,42	114,58	
				20/10	1,27	11,30	7,70	137,50	
	масло сливочное	10\10	10\10						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 98	Каша манная жидкая с маслом			200\5	6,20	8,05	31,09	222,02	0,3
				250\5	7,75	10,06	38,86	277,53	
	манка	31\39	31\39						
	молоко	106\133	106\133						
	сахар	5\6	5\6						
	масло сливочное	5\5	5\5						
№ 122	Омлет с сыром			85	9,59	13,86	1,50	170,55	
				85					
	яйца	1,2 \1,2шт	60/60						
	молоко	30/30	30/30						
	сыр	18,8/18,8	18/18						
	масло сливочное	3/3	3/3						
№ 259	Кофейный напиток с молоком			200	1,40	1,60	17,35	89,32	
				200					
	молоко	50\50	50\50						
	сахар	15\15	15\15						
	кофейный напиток	2\2	2\2						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15	1,14	0,13		33,90	
				40	3,04	0,36	7,0	18,68	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25	2,20	0,40	11,4	66,33	
				30	2,64	0,48	13,68	79,60	
	итого			555	21,59	33,46	74,77	696,70	0,3
				640	25,69	37,66	97,77	844,90	
	ОБЕД								
	Помидор свежий	102\102	100\100	100\100	0,88	0,2	2,69	18,0	
№ 38	Суп картофельный с клецками и цыпленком			250\20	3,75	3,29	16,84	111,94	
				300\25	4,50	3,95	20,21	134,33	
	цыпленок бройлерный	25,6\32	25\30						
	картофель	66,3\79,5	50\64						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	12\14,5	10\12						
	масло сливочное	2,5\3	2,5\3						
	Клѐцки:								
	мука пшеничная	10\12	10\12						
	масло сливочное	1,2\1,5	1,2\1,5						
	яйца	1\16\1/13	3/4						
№ 158	Бефстроганов из отварной говядины			90\30	25,34	29,30	4,49	379,97	
				100\30	27,15	31,39	4,81	407,11	
	говядина	146\162	146\162						
	морковь	4,5\5	4\5						
	лук репчатый	4,5\5	4,5\5						
	морковь	12\13,4	12\13,4						
№237	Соус сметанный:								
	сметана	30\30	30\30						
	мука пшеничная	2,5\2,5	2,5\2,5						
	масло сливочное	2,5\2,5	2,5\2,5						
№204	Макаронные изделия отварные с маслом			150	5,52	5,30	35,33	211,10	
				200	7,36	7,07	47,11	281,47	
	макаронные изделия	51\68	51\68						
	масло сливочное	6,8\9	6,8\9						
№ 250	Кисель из сухофруктов			200	0,27	-	30,82	124,17	

				200					
	сухофрукты	12\12	12\12						
	сахар	15\15	15\15						
	крахмал	6\6	6\6						
	лимонная кислота	0,2\0,2	0,2 \0,2						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	0,42 0,56	21,71 28,95	105,07 140,10	3,53 4,71	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	2,31 4,62	
	итого			930 1095	36,6 41,56	71,77 95,5	264,89 385,04	851,02 974,41	
	Апельсин	200/200	200/200	200 200	0,4	0,40	9,80	44,4	4,0
	<u>Итого за день</u>								

9 день Вторник

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 68	Бутерброд горячий с сыром			15/15/5 20/20/5	5,46 7,02	5,57 7,16	20,58 26,46	154,28 198,36	
	масло сливочное	5\5	5\5						
	сыр	16\21	15\20						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 94	Каша боярская пшенная с изюмом			200 250	9,8 12,25	13,94 17,43	41,73 52,16	331,58 414,48	
	крупа пшенная	38,2\47,5	38,2\47,5						
	молоко	121,8\152,5	121,8\152,5						
	сахар	8\10	8\10						
	масло сливочное	22\30	22\30						
	яйцо	0,2\0,24	10\12						
	изюм	2,7\3,5	2,7\3,5						
	Яйцо варёное	1 шт.	50/50	50	10,7	11,5	0,7	157,1	
№242	Какао с молоком			200 200	3,77	3,93	25,95	153,92	0,7
	молоко	100\100	100\100						
	сахар	15\15	15\15						
	какао-порошок	3\3	3\3						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,9 90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,2 2,64	0,4 0,48	11,4 13,68	66,33 79,6	
	итого			525 615	33,07 39,42	35,47 40,86	107,36 137,63	897,11 1093,86	0,7
	ОБЕД								
	Огурец свежий	102/102	100/100	100	0,8	0,1	2,5	14,0	
№ 39	Суп с макаронными изделиями и цыпленком			250/20 300/25	2,83 3,39	2,86 3,43	21,76 26,11	124,09 148,91	
	цыпленок бройлерный	25,6\32	25\30						
	картофель	100\120	75\90						
	макаронные изделия	10\12	10\12						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	11,6\14	10\12						
	масло сливочное	3,8\4,5	3,8\4,5						
№ 192	Цыпленок бройлерный отварной			110 120	28,63 31,24	28,63 31,24	1,52 1,67	381,35 416,03	
	цыплёнок бройлерный	142\155	132\145						
	морковь	3\4,6	2,4\3,7						
№415	Каша перловая рассыпчатая			150 200	7,05 9,4	1,65 2,2	39,15 52,2	202,5 270,0	
	крупа перловая	48/65	48/65						
	масло сливочное	5/5	5/5						
№ 261	Напиток из шиповника			200	0,68	-	21,01	46,87	77,6
	шиповник	20\20	20\20						
	сахар	15\15	15\15						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,53 4,71	0,42 0,56	21,71 28,95	105,07 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			920 1085	45,83 54,84	34,08 38,37	119,62 156,38	943,53 1175,21	77,6

	Банан	200/200	200/200	200 200	3,0	1,0	42,0	192,0	
	<u>Итого за день</u>								

10 день Среда

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 340	Бутерброд с сыром и маслом			15/15/5 20/20/5	5,15 6,62	7,37 9,48	7,82 10,06	118,22 152,0	
	масло сливочное	5\5	5\5						
	сыр	16\21	15\20						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 100	Каша овсяная «геркулес» на молоке с маслом			220/5 250/5	6,96 7,91	9,79 11,13	28,04 31,86	228,12 259,23	
	крупа «геркулес»	33/37,5	33/37,5						
	молоко	117,5/133, 4	117,5/133, 4						
	сахар	5/6	5/6						
	масло сливочное	5/5	5/5						
№ 259	Кофейный напиток на молоке			200 200	1,40	1,60	17,35	89,32	
	молоко	50\50	50\50						
	сахар	15\15	15\15						
	кофейный напиток	2\2	2\2						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,90 90,40	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,20 2,64	0,4 0,48	11,40 13,68	66,33 79,60	
	итого			500 570	16,85 21,61	19,29 23,05	71,61 91,63	535,89 670,55	
	ОБЕД								
	Помидор свежий	102\102	100\100	100/100	0,88	0,2	2,69	18,0	
№ 55	Щи из св. капусты с говядиной и сметаной			250\20\5 300\25\5	2,09 2,51	6,33 7,59	10,64 12,77	107,83 129,39	0,3
	говядина	32\40	32/40						
	капуста свежая	68,7\82,5	50\66						
	картофель	40\48	30\36						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	12,5\15	10\12						
	масло растительное	5\6	5\6						
	сметана	5\5	5/5						
№ 145	Рыба,запечённая в омлете			110 120	20,18 22,01	12,56 13,70	6,07 6,62	218,04 237,87	
	минтай потр. б/г	130\135	96\100						
	мука	4,5\5,4	4,5\5,4						
	масло растительное	8\8,3	8\8,3						
	яйцо	0,5/0,64	25\32						
	молоко	9,4\12	9,4\12						
	мука	2,5\3	2,5\3						
№ 216	Картофельное пюре			200 200	3,20 3,20	6,06 6,06	23,30 23,30	160,46 160,46	
	картофель	226\226	168\168						
	молоко	32\32	30\30						
	масло сливочное	9\9	9\9						
№ 255	Компот из сухофруктов			200 200	0,56	-	27,89	113,79	
	сухофрукты	25\25	25\25						
	сахар	15\15	15\15						
	лимонная кислота	0,2\0,2	0,2\0,2						
	вода	190\190	190\190						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,34 4,71	0,39 0,56	20,54 28,95	99,42 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	

	итого			975 1090	32,56 37,61	25,96 28,95	103,10 126,16	787,46 938,91	0,3
	Яблоко	200/200	200/200	200 200	1,5	0,1	21,0	90,9	6,0
	<u>Итого за день</u>								

11 день Черверг

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 345	Бутерброд с маслом и повидлом			15/5/35 20/5/35	1,58 1,72	3,85 4,20	30,16 32,90	161,61 176,30	2,0
	масло сливочное	5\5	5\5						
	повидло	35,4\35,4	35\35						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№106	Каша ячневая вязкая молочная с маслом			200/5 250/5	7,22 8,99	6,65 8,30	36,75 49,18	246,32 307,08	
	крупа ячневая	49,3/56	49,3/56						
	молоко	110/125	110/125						
	вода	71,5/81,3	71,5/81,3						
	сахар	5,5/6,3	5,5/6,3						
	масло сливочное	5/5	5/5						
№ 117	Омлет натуральный			65	5,82	9,02	1,52	110,52	
	яйцо	1шт.\1ш.	50/50						
	молоко	25\25	25\25						
	масло сливочное	2,5\2,5	2,5\2,5						
№ 242	Какао с молоком			200 200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	молоко	100\100	100\100						
	сахар	15\15	15\15						
	какао-порошок	3\3	3\3						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,9 90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,2 2,64	0,4 0,48	11,4 13,68	66,33 79,60	
	итого			565 650	21,73 25,98	23,98 26,29	112,78 141,91	772,60 917,82	2,0
	ОБЕД								
	Огурец свежий	102\102	100\100	100	0,8	0,1	2,5	14,0	
№ 42	Суп картофельный с рыбой			250 300	13,21 15,85	4,11 4,93	6,70 8,04	116,24 139,49	
	минтай потрошенн. б/г	76,2\76,2	53,753,7						
	картофель	150\180	113\135						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	12,5\15	10\12						
	масло растительное	5\6	5\6						
№172	Печень говяжья по-строгановски			90/40 100/40	29,98 33,31	37,22 41,36	6,04 6,71	475,91 528,78	
	печень говяжья	159/177	132/147						
	масло растительное	11,5/12,5	11,5/12,5						
№236	Соус сметанный			40					
	мука	1	1						
	масло сливочное	1	1						
	сметана	20	20						
№205	Лапша отварная с овощами			200 230	7,18 8,26	7,86 9,04	45,64 52,49	282,08 324,39	
	макаронные изделия	58\66	58\66						
	масло сливочное	4\5	4\5						
	морковь	31\31	31\31						
	лук репка	23\23	23\23						
	томат-пюре (томатная паста)	7\7 2,8/2,8	7\7 2,8/2,8						
	масло слив. для пасс.	6\7	6\7						
№253	Компот из кураги			200 200	0,33	-	22,66	91,98	5,0
	курага	20\20	20\20						
	сахар	15\15	15\15						

	Хлеб пшеничный	44\62	44\62	44 62	2,59 3,65	0,31 0,43	15,92 22,44	77,05 108,58	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			954 1092	56,40 66,82	50,02 56,70	111,43 138,78	1126,91 1346,52	5,0
	Апельсин	200/200	200/200	200/200	0,4	0,4	9,8	44,4	4,0
	<u>Итого за день</u>								

12 день Пятница

№ТК	Наименование блюд и продуктов	брутто	нетто	выход	Хим. состав			ККЛ	Вит С
					Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК								
№ 344	Бутерброд с маслом сливочным			15/10 20/10	1,06 1,27	9,42 11,30	6,42 7,70	114,58 137,50	
	масло сливочное	10\10	10\10						
	хлеб пшеничный	15\20	15\20						
№ 93	Каша Дружба на молоке с маслом			200/5 250/5	6,55 8,19	8,33 10,41	35,09 43,86	241,11 301,39	
	рис	15\18,7	15\18,7						
	пшено	11\13,7	11\13,7						
	молоко	115\127	115\127						
	сахар	2,5\5	2,5\5						
	масло сливочное	5\5	5\5						
	Яйцо варёное	1\1шт.	50/50	50	10,7	11,5	0,7	157,1	
№ 259	Кофейный напиток с молоком			200 200	1,40	1,60	17,35	89,32	
	молоко	50\50	50\50						
	сахар	15\15	15\15						
	кофейный напиток	2\2	2\2						
	Хлеб пшеничный	15\40	15\40	15 40	1,14 3,04	0,13 0,36	7,0 18,68	33,9 90,4	
	Хлеб ржаной	25\30	25\30	25 30	2,20 2,64	0,4 0,48	11,4 13,68	66,33 79,60	
	итого			520 605	23,05 27,24	31,38 35,65	77,96 101,97	702,34 855,31	
	ОБЕД								
	Помидор свежий	102\102	100\100	100\100	0,88	0,2	2,69	18,0	
№ 33	Рассольник домашн. с цыпленком и сметаной			250\20\10 300\25\10	5,03 6,03	11,30 13,56	32,38 38,85	149,60 179,52	2,0
	цыплёнок бройлерный	25,6\32	25\30						
	картофель	100\120	75\90						
	капуста свежая	25\30	20\24						
	морковь	12,5\15	10\12						
	лук репчатый	12,5\15	10\12						
	огурцы соленые	17,5\21	15\18						
	масло сливочное	5\6	5\6						
	сметана	10/10	10/10						
№189	Шницель куриный припущенный			110 120	17,32 18,89	19,56 21,35	11,82 12,89	292,43 319,00	
	цыпленок	156\175	150\166						
	вода или молоко	28\30	28\30						
	хлеб	20\21	20\21						
	масло сливочное	5\5	5\5						
№213	Картофель запечённый из отварного			200 200	4,78 4,78	19,54 19,54	41,30 41,30	360,99 360,99	
	картофель	264\264	198\198						
	масло растительное	19,2\19,2	19,2\19,2						
№ 250	Кисель из сухофруктов			200 200	0,27	-	30,82	124,17	
	сухофрукты	12\12	12\12						
	сахар	15\15	15\15						
	крахмал	6\6	6\6						
	лимонная кислота	0,2\0,2	0,2 \0,2						
	Хлеб пшеничный	60\80	60\80	60 80	3,53 4,71	0,42 0,56	21,71 28,95	105,07 140,10	
	Хлеб ржаной	30\60	30\60	30 60	2,31 4,62	0,42 0,84	11,97 23,94	69,65 139,30	
	итого			980	34,12	51,44	152,69	1190,36	2,0

				1095	40,18	56,05	179,44	1281,08	
	Груша	200/200	200/200	200/200	0,6	0,6	16,0	65,6	19,0
	<u>Итого за день</u>				111,44 130,54	129,50 144,01	492,88 579,86	3307,21 3721,26	39,0