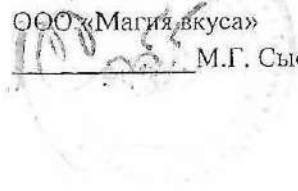


Утверждено:

Генеральный директор

ООО «Магия вкуса»

 М.Г. Сыскова

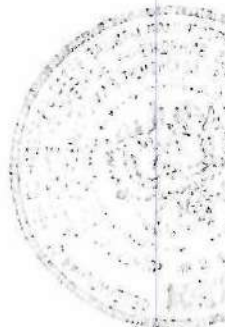


**ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ ДЛЯ ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (осенне-зимний сезон)**

Тюмень 2025 год



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)
Холодильная, 57. Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92
Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fguz-tyumen.ru; [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 41/Д

«18» августа 2025 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного двадцатидневного меню горячих завтраков и обедов для питания детей в возрасте с 12 лет и старше.

2. Заявитель: ООО «Магия вкуса»; юридический адрес: 625000, Россия, Тюменская область, г. Тюмень, ул. Ленина, д. 65, кв. 54; ИНН 7204122539, ОГРН 1087232012262.

3. Получатель: ООО «Магия вкуса»; юридический адрес: 625000, Россия, Тюменская область, г. Тюмень, ул. Ленина, д. 65, кв. 54; ИНН 7204122539, ОГРН 1087232012262.

4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:

На основании заявки № 174686 от 31.07.2025г. рассмотрено представленное примерное двадцатидневное меню горячих и обедов завтраков для питания детей в возрасте с 12 лет и старше. Меню разработано на основании:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

При составлении меню использованы:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2 часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (№ рец. – 1997);
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (№ рец. – 2004);
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва, 2006г (№ рец. – 2006, Москва);

В среднем меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых

организмизации общественного питания населения».

требования п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к пищевой продукции при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует целям профилактики нодифицированных состояний у детей используется соль поваренная используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В

Для дополнительного обогащения рациона детей микронутриентами в меню питания населения».

2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного

Масса порций готовых блюд для указанной возрастной группы с 12 лет и старше соответствует приложению 9 таблице 1, что соответствует требованиям п. 8.1.2. СанПиН

питания населения».

2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного

Суммарный объем готовых блюд для указанной возрастной группы с 12 лет и старше соответствует приложению 9 таблице 3, что соответствует требованиям п. 8.1.2. СанПиН

требования к организации общественного питания населения».

требованиям п. 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические

соответствует норме (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует

калорийности в пределах $\pm 5\%$, средний процент пищевой ценности за неделю

таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), в течение дня допускается отступление от норм

вещества для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение 10, таблица 1,

Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых

% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 35%.

Меню включает завтрак и обед. На долю завтрака в среднем за 20 дней приходится 25

соответствия со сборниками рецептов.

блюда). Приводятся ссылки на рецепты используемых блюд и кулинарных изделий, в

энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд,

возрастной группы детей в возрасте с 12 лет и старше.

Для обеспечения здорового питания составлено примерное меню на 20 дней для

нормативные документы, пояснения к меню, таблицы по добавлению соли и специй.

Представлены аннотации к меню, содержащая ссылки на используемую литературу,

Средневской области» №02-01-12-13-01/276), 2011г (№ рец. - 2011, Екатеринбург).

г. Екатеринбург (экспертное заключение ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в

Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях,

Екатеринбург?

Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г; (№ рец.-2006,

обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области, - Е:

Сборник рецептов блюд и кулинарных для предприятий общественного питания,

медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г (№ рец. - 2013, Пермь);

«Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная

несовершенных, нуждающихся в социальной поддержке - Пермь, ООО

профессионального образования, детских домов, детских оздоровительных учреждений для

школ-интернатов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ,

Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ,

институт питания, 2004г (№ рец.-2004, Пермь);

дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть - Пермь: Уральский

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для

Издательско-торговая корпорация "Лань" и К", 2013.

предприятий общественного питания / Под ред. проф. А.Т. Васюковой. - М.:

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий кухонь народов России для

неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленное примерное двадцатидневное меню горячих завтраков и обедов для питания детей в возрасте с 12 лет и старше, разработанное ООО «Магия вкуса» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене



А.Г. Алексанова

Аннотация

Примерное 20 – ти дневное меню разработано для питания детей школьного возраста с 12 лет и старше в общеобразовательном учреждении. Прием пищи – **завтрак, обед.**

Нормы потребления продуктов питания рассчитаны для завтрака – 20%- 25%, обеда- 30%- 35% в соответствии Приложением 7, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» **СанПиН 2.3/2.43590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения » (далее - СанПиН 2.3/2.43590-20).**

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности в каждом готовом блюде и кулинарном изделии.

Меню разработано на основании **СанПиН 2.3/2.43590-20 Сборников технологических нормативов** и в соответствии с требованиями:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2 часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№ рец. – 1997**);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№ рец. – 2004**);
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва, 2006г (**№ рец. – 2006, Москва**);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий кухонь народов России для предприятий общественного питания / Под ред. проф. А.Т. Васюковой. - М.: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К°", 2013.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Уральский институт питания, 2004г (**№рец.-2004, Пермь**);
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной поддержке – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013г (**№ рец. – 2013, Пермь**);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области, - Е: Министерство торговли, питания и услуг Свердловской области, 2006г; (**№рец.-2006, Екатеринбург**);
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, г. Екатеринбург (экспертное заключение ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» №02-01-12-13-01/276), 2011г (**№ рец. – 2011, Екатеринбург**).

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по **технологическим и технико-технологическим картам.**

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории;
- Мясо птицы;
- Рыба мороженая, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- В рецептурах предусмотрено использование: томатного пюре с содержанием сухих веществ 12%, яиц куриных средней массой 40 г без скорлупы;
- Для овощей приняты нормы отходов соответствие с **Приложением №24** Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г, необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд.

Кроме того, в меню используются: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также instantные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно-минеральными премиксами.

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню, указаны в грамах, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукт, вода питьевая), которые указаны в миллилитрах.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд.

при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению;

- порционированное для первых блюд мясо может до внесения его в суп храниться в бульоне на горячей плите или мармите (не более 1 часа);
- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °C, слой не более 2,5-3 см; запеканки – 20-30 минут при температуре 180 °C, слой не более 3-4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше 4±2 °C;
- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:3) без последующей промывки;
- салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 65 °C, вторые блюда и гарниры - не ниже 55 °C, холодные супы, напитки - не выше 14 °C, компоты - не ниже 14 °C.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре 4 +/- 2 °C не более 60 минут.

Свежую зелень, закладывают в блюда перед раздачей.

Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Приготовление блюд должно соблюдаться принцип «шатающегося питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате; при приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную витаминизацию холодных напитков (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в

соответствии санитарными правилами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

В соответствии с временными рекомендациями **«Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах»** утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006), СанПиН 2.3.2.1293-03 **«Гигиенические требования по применению пищевых добавок»**, п. 2.12.1:

- Томатное пюре, джем, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

В приготовлении блюд использовать только йодированную соль, соответствующую требованиям государственных стандартов. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с закладкой с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям **в меру соленых блюд.**

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

Сетка в примерном 20-ти меню горячих завтраков, обедов

Возрастная категория с 12 лет и старше

[illegible][illegible]

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК, ОБЕД для детей с 12 лет и старше (сезон осень, зима, весна)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, таблицу энергетической ценности (калорийности) горячего завтрака для обучающихся с 12 лет и старше, таблицу рекомендуемой массы порций блюд (в граммах) для детей двух возрастных групп

1 день

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			18/5	1,48	6,17	9,13	73,00	№1-2014	
батон	18,00	18,00					175,00		
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00							
Каша молочная в ассортименте			200	2,64	5,06	25,29	180,00	№182-2011	
крупа рисовая	25,00	25,00							
или крупа пшеничная	25,00	25,00							
или крупа овсяная	24,00	24,00							
или крупа пшеница	27,00	27,00							
или крупа ячневая	24,00	24,00							
вода	89,00	89,00							
молоко питьевое 2,5% жирности	98,00	98,00							
соль йодированная	0,29	0,29							
сахар песок	1,00	1,00							
масло сливочное 72.5 %	2,50	2,50							
Запеканка творожная со сгущенным молоком			100/20	12,49	7,82	23,17	196,00	№219-2011	
творог	92,92	92,00							
яйцо куриное	6,00	6,00							
крупа манная	8,00	8,00							

[illegible]

лимон	1,254	1,10						
вода питьевая	245,00	245,00						
соль йодированная	0,40	0,40						
Жаркое по-домашнему			250	15,50	18,55	30,15	369,00	
свинина с/м	73,50	70,00						
масса тушеного мяса		50						
картофель - 01.09.-31.10.- 33%	199,50	150,00						
01.11.-31.12. -43%	214,50	150,00						
01.01-29.02 - 54%	231,00	150,00						
01.03 - 67%	250,50	150,00						
лук репчатый	14,87	12,50						
морковь 20 %	23,44	18,75						
морковь 25%	24,94	18,75						
лавровый лист	0,01	0,01						
томатная паста	8,75	8,75						
соль йодированная	0,50	0,50						
масло растительное	5,38	5,38						
зелень свежая	1,01	0,75						
чеснок	0,76	0,63						
или сушеный чеснок	0,05	0,05						
вода	32,00	32,00						
Напиток из ягодно-яблочной смеси			200	0,27	0,09	15,21	63,14	
смесь ягод	30,00	30,00						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	215,00	215,00						
Хлеб ржаной			40	2,24	0,44	23,16	55,25	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный			40	1,79	0,35	18,53	88,40	
ИТОГО:			800	27,02	28,14	119,59	820,72	

Итого за завтрак, всего:							137	45,03	47,45	197,63	1378,76
--------------------------	--	--	--	--	--	--	-----	-------	-------	--------	---------

2 день											
Наименование блюда				Вруто, г	Нето, г	Химический состав					
						Выход, г	Время, г	Жиры, г	Угл. г	СД, ккал	
Норматив рецептуры											

ЗАВТРАК

Колбаска мясная											
	48,44	15,89	14,44								
фарш говяжий	48,44	15,89	14,44								
филе бедра	15,89	14,44									
свиного	19,83	18,89									
вода питьевая	14,44	14,44									
хлеб пшеничный	10,00	10,00									
лук репчатый	9,83	9,02									
соль йодированная	0,20	0,20									
яйцо куриное	3,00	3,00									
мука пшеничная	5,56	5,56									
масса н/ф		120,00									
масло растительное для смазки листа	1,50	1,50									

или

Колбаска мясная и/ф пром. проз				100	8,13	8,80	18,02	166,78	ТТК
Колбаска мясная и/ф пром. проз		120,00	120,00						
масло растительное для смазки листа		1,50	1,50						
Макаронные изделия отварные									
				180	4,22	2,85	24,10	139,20	№ 332-2004
макаронные изделия		65,00	65,00						
соль йодированная		0,50	0,50						
вода питьевая		390,00	390,00						
масло сливочное 72,5 %		4,00	4,00						

Какао с молоком			200	2,80	2,54	12,58	87,05	№ 693-2004
какао-порошок	2,50	2,50						
вода питьевая	110,00	110,00						
сахар песок	4,00	4,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00						
Язычок слоеный с сахаром			50	1,56	4,00	9,02	95,63	ТТК
яйцо куриное	1,20	1,20						
сахар песок	2,00	2,00						
тесто слоеное промышленного производства	58,00	58,00						
масса п/ф		61,20						
масло растительное для смазки листа	0,50	0,50						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	1,39	0,27	14,47	69,06	
ИТОГО:			555	18,11	18,46	78,18	557,72	
ОБЕД								
Суп с птицей, крупой и овощами			270	6,95	7,44	24,43	182,41	
курица-тушка	25,38	17,50						
масса готовой птицы		14						
картофель - 01.09.-31.10.- 33%	91,77	69,00						
01.11.-31.12. -43%	98,67	69,00						
01.01-29.02 - 54%	106,26	69,00						
01.03 - 67%	115,23	69,00						
морковь 25 %	22,61	17,00						
морковь 20 %	21,25	17,00						
лук репчатый	17,85	15,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
вода питьевая	250,00	250,00						

[illegible]

Хлеб ржаной			20	1,12	0,22	11,58	55,25	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,79	0,35	18,53	88,40	
ИТОГО:			820	27,64	28,33	119,33	846,38	
Итого за завтрак, обед:			1375	45,75	46,79	197,51	1404,10	

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Горячий бутерброд "Пикантный"			30	6,06	5,03	13,40	118,90	ТТК
сыр Сулугуни	11,11	11,00						
батон молочный	18,00	18,00						
сметана 15%	5,00	5,00						
Борщ с птицей и сметаной			250	7,56	11,28	17,02	178,30	ТТК
курица-тушка	29,00	20,00						
масса отварной птицы		16,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 33%	26,60	20,00						
01.11.-31.12. -43%	28,60	20,00						
01.01-29.02 - 54%	30,80	20,00						
01.03 - 67%	33,40	20,00						
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%	13,75	11,00						
с 01.01 - 33%	14,63	11,00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	3,25	3,25						

[illegible]

01.11.-31.12. -43%	25,74	18,00						
01.01-29.02 - 54%	27,72	18,00						
01.03 - 67%	30,06	18,00						
морковь 20 %	14,13	11,30						
морковь 25%	15,03	11,30						
соль йодированная	0,50	0,50						
вода питьевая	173,00	173,00						
перец с/м	10,00	10,00						
томатная паста	5,40	5,40						
Плов с мясом			250	13,34	20,42	30,52	364,26	
свинина с/м	58,80	56,00						
масса тушеного мяса		40						
крупа рис пропаренный	55,00	55,00						
вода питьевая	150,00	150,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
морковь 20 %	25,00	20,00						
морковь 25%	26,60	20,00						
куркума	0,01	0,01						
лук репчатый	14,28	12,00						
масло растительное	4,98	4,98						
Отвар из шиповника			200	0,68	0,28	22,64	104,68	
плоды шиповника	17,00	17,00						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	220,00	220,00						
Хлеб ржаной			40	2,24	0,44	23,16	110,50	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			30	1,34	0,26	13,89	66,30	

Итого:	800	27,10	28,49	117,71	850,63	
Итого за квартал, объект:	1440	45,17	46,90	197,54	1418,97	

4 ЛЕНА									
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЛ, ккал	
Овоши натеранные (на полтарнировку)			100	1,17	0,17	4,50	23,83	№ 106-2013	
огурцы свежие		105,00	100,00						
или томаты свежие		105,00	100,00						
или									
Овоши консервированные без уксуса (огурцы) на полтарнировку)		190,00	100,00	100	0,83	0,16	1,66	11,50	№101-2004
Чакхобили			100	10,11	10,87	7,76	123,18	№ 491-2004	
Филе куриное		67,10	61,00						
или грудка куриная на кости		68,75	62,50						
Масса готового мяса			50,00						
Лук репчатый		27,37	23,00						
Томаты свежие		24,15	23,00						
или томаты с/м		23,00	23,00						
Вода питьевая		33,00	33,00						
Мука пшеничная в/с		2,20	2,20						
Соль йодированная		0,40	0,40						
Масло растительное		3,50	3,50						
Лимонная кислота		0,17	0,17						
Итого				180	4,80	6,75	24,62	200,46	№ 243-2011
Итого расходуемая									

крупя гречневая	66,00	66,00						
вода питьевая	128,00	128,00						
масло растительное	4,40	4,40						
соль йодированная	0,40	0,40						
Напиток из смеси сухофруктов			200	0,74	0,28	24,67	114,68	ТТК
сухофрукты	18,20	18,20						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	220,00	220,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,35	18,52	88,40	
ИТОГО:			620	18,60	18,42	80,07	550,55	
ОБЕД								
Суп - пюре с птицей и гречками			250/20	9,98	9,30	33,51	232,57	ТТК
филе куриное	18,70	17,00						
картофель - 01.09.-31.10. - 33%	113,05	85,00						
01.11.-31.12. - 43%	121,55	85,00						
01.01-29.02 - 54%	130,90	85,00						
01.03 - 67%	141,95	85,00						
морковь 20 %	28,75	23,00						
морковь 25%	30,59	23,00						
лук репчатый	20,23	17,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	34,00	34,00						
вода питьевая	91,00	91,00						
масло сливочное 72.5 %	3,50	3,50						
соль йодированная	0,20	0,20						

[illegible]

лавровый лист	0,01	0,01						
масло растительное	6,00	6,00						
Чай с сахаром и брусникой			200	0,27	0,09	2,15	43,14	
чай чёрный	1,00	1,00						
вода питьевая	210,00	210,00						
сахар песок	9,00	9,00						
брусника с/м	5,00	5,00						
Хлеб ржаной			30	1,68	0,33	17,37	82,87	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный			40	1,79	0,35	18,53	88,40	
ИТОГО:			810	27,19	28,00	115,98	819,61	
Итого за завтрак, обед:			1430	45,79	46,42	196,05	1370,16	

5 день

3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Шницель рыбный			100	12,05	12,40	28,05	213,60	ТТК
минтай тушка с/м	89,04	57,08						
или филе минтая	89,62	57,08						
свинина	22,17	21,11						
вода питьевая	13,00	13,00						
хлеб пшеничный	9,56	9,56						
лук репчатый	11,90	10,00						
сухарь панировочный	6,00	6,00						
соль йодированная	0,25	0,25						
яйцо куриное	3,00	3,00						

[illegible]

<i>масса отварного мяса</i>		<i>11</i>						
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						
горох лущёный	30,50	30,50						
масло растительное	5,00	5,00						
лук репчатый	16,66	14,00						
морковь 20 %	25,00	20,00						
морковь 25%	26,60	20,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
вода	230,00	230,00						
зелень свежая	1,76	1,30						
или сушеная зелень	0,05	0,05						
Паста с курицей и сулугуни			230	18,01	17,24	61,10	478,35	ТТК
Паста:								
филе куриное	44,53	40,48						
макаронны	57,50	57,50						
морковь до 01.01.-25%	23,00	18,40						
с 01.01 - 33%	24,47	18,40						
лук репчатый	21,90	18,40						
масло растительное	6,60	6,60						
соль йодированная	0,60	0,60						
сыр сулугуни	13,01	12,88						
соус для пасты помидоро:		60						
томаты с/м	33,80	33,80						
вода питьевая	30,00	30,00						
соль йодированная	0,20	0,20						

[illegible]

Рис отварной			180	3,94	6,93	22,30	265,11	№ 511-2004
крупа рисовая	63,00	63,00						
масло растительное	5,00	5,00						
вода питьевая	152,00	152,00						
соль йодированная	0,50	0,50						
Напиток ягодный			200	0,01	0,00	9,98	39,98	ТТК
смородина с/м	25,00	25,00						
или клубника с/м	25,00	25,00						
или брусника с/м	25,00	25,00						
вода питьевая	215,00	215,00						
сахар песок	6,00	6,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	1,11	0,21	11,58	55,25	
ИТОГО:			605	18,01	18,55	79,06	558,75	
ОБЕД								
Щи из свежей капусты с птицей, сметаной и зеленью			290	8,00	12,59	23,65	241,43	
курица-тушка	26,28	18,13						
масса отварной курицы		14,5						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	48,21	36,25						
01.11.-31.12. - 30%	51,84	36,25						
01.01.-29.02. - 35%	55,83	36,25						
01.03. - 40%	60,54	36,25						
капуста б/к	45,31	36,25						
соль йодированная	0,30	0,30						
морковь 20 %	27,19	21,75						
морковь 25%	28,93	21,75						
томатная паста	9,00	9,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
лук репчатый	17,25	14,50						

[illegible]

Наименование сырья			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Номер рецептуры
ЗАВТРАК								
Тефтель мясной			100	9,29	10,70	18,41	155,84	ТТК
фарш говяжий	41,82	41,00						
филе куриное	40,70	37,00						
лук репчатый	10,71	9,00						
крупа рис круглый	10,40	10,40						
масса отварного риса		26,00						
вода питьевая	24,50	24,50						
соль йодированная	0,25	0,25						
мука пшеничная в/с	5,00	5,00						
масса п/ф		118,00						
масло растительное	1,50	1,50						
или								
Тефтель мясной п/ф пром.произ			100					
тефтель мясной п/ф пром.произ	118,00	118,00						
масло растительное	1,50	1,50						
Рагу из овощей			180	3,48	2,91	12,05	142,40	224-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	175,56	132,00						
01.11.-31.12. -30%	188,76	132,00						
01.01-29.02 - 35%	203,28	132,00						
01.03 - 40%	220,44	132,00						
морковь 20 %	25,50	20,40						
морковь 25%	27,13	20,40						
капуста белокочанная	78,00	62,40						
лук репчатый	15,47	13,00						
томатная паста	2,40	2,40						

[illegible]

01.03 - 40%	83,50	50,00						
соль йодированная	0,40	0,40						
морковь 20 %	13,75	11,00						
морковь 25%	14,63	11,00						
лук репчатый	11,90	10,00						
томатная паста	4,00	4,00						
вода	250,00	250,00						
лимонная кислота	0,17	0,17						
масло растительное	5,00	5,00						
сметана 15%	8,00	8,00						
Пельмени "Домашние" с маслом сливочным			230	18,23	18,98	44,01	450,56	ТТК
пельмени "Домашние" пром.производства. зам.	195,00	195,00						
вода питьевая	360,00	360						
соль йодированная	1,00	1,00						
масло сливочное 72.5 %	3,00	2,00						
Компот из кураги			200	0,60	0,08	21,52	90,70	
курага	18,00	18,00						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	230,00	230,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			30	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	2,24	0,44	23,16	55,25	
ИТОГО:			800	27,88	28,48	115,90	856,80	
Итого за завтрак, обед:			1360	46,48	47,76	196,29	1421,15	

8 день

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

Овощи натуральные (на полуфабрикаты)			100	1,17	0,17	4,50	23,83	№ 106-2013
	огурцы свежие	105,00						
	или томаты свежие	105,00	100,00					
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) на полуфабрикаты)	190,00	100,00	100	0,55	0,11	1,11	7,67	№ 101-2004
	ТТК							
Берпо или грушка куриные запеченная по-домашнему			100	9,55	12,05	15,28	171,44	ТТК
	грушка куриная на кости	134,20	122,00					
	или берпо куриное	174,00	145,00					
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6,00	6,00					
	чеснок	0,60	0,50					
	или сушеный чеснок	0,05	0,05					
	масло растительное	2,50	2,50					
	соль йодированная	0,25	0,25					
Макаронные изделия отварные								
	макаронные изделия	65,00	65,00					
	соль йодированная	0,30	0,30					
	вода питьевая	390,00	390,00					
	масло растительное	4,00	4,00					
Кофейный напиток								
	кофейный напиток	2,00	2,00					
	вода питьевая	135,00	135,00					
	сахар песок	6,00	6,00					
	молоко питьевое 2,5% жирности	80,00	80,00					
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов								
			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:								
			620	18,42	19,09	80,40	561,87	
ОБЕД								
Суп овощной с птицей								
Куринца-тушка		21,75	15,00					
				260	10,63	10,69	27,00	245,30
		ТТК						

масса готовой птицы		12						
капуста б/к	30,00	24,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 33%	81,80	61,50						
01.11.-31.12. -43%	87,94	61,50						
01.01-29.02 - 54%	94,71	61,50						
01.03 - 67%	102,70	61,50						
морковь 25 %	21,28	16,00						
морковь 20 %	20,00	16,00						
лук репчатый	15,47	13,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
вода питьевая	223,00	223,00						
томатная паста	8,00	8,00						
масло растительное	4,90	4,90						
соль йодированная	0,40	0,40						
зелень свежая	0,81	0,60						
или сушеная зелень	0,05	0,05						
Пюре картофельное			180	3,99	5,64	25,21	172,51	№ 520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	223,44	168,00						
01.11.-31.12. -30%	240,24	168,00						
01.01-29.02 - 35%	258,72	168,00						
01.03 - 40%	280,56	168,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	27,83	26,50						
соль йодированная	0,40	0,40						
масло сливочное 72,5 %	3,60	3,60						
Тефтель рыбный			100	9,98	10,78	11,98	187,61	ТТК
минтай тушка с/м	88,14	56,50						
или филе минтая	88,71	56,50						
филе бедра птицы	22,89	21,00						

ЗАЯВКА									
Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЛ, ккал	Номер рецептуры
				Химический состав					
9 день									
Итого за завтраком, обед:				1420	46,65	46,81	197,37	1388,02	
ИТОГО:				800	28,23	27,72	116,97	826,15	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов				40	2,24	0,44	23,16	55,25	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов				20	0,89	0,17	9,26	44,20	
вода питьевая		215,00		215,00					
лимон		5,70		5,00					
сахар песок		6,00		6,00					
ягоды свежие		28,25		25,00					
Компот из яблок и лимона				200	0,50	0,00	20,36	121,28	
масло растительное		1,50		1,50					
тефтель рыбный и/ф пром. производства		118,00		118,00					
Тефтель рыбный и/ф пром. производства				100					
или									
масло растительное		2,00		2,00					
мясо и/ф				118,00					
мясо пшеничная		5,00		4,00					
соль йодированная		1,00		1,00					
рыб печеный консервированный				7,00					
масло растительное		2,00		2,00					
рыб печеный		13,09		11,00					
мясо отварного мяса:				17,50					
крупы рисовая		7,00		7,00					
вода питьевая		11,00		11,00					

Бутерброд с маслом и сыром			18/5/10	5,92	7,42	11,69	117,84	№71-2004
батон	18,00	18,00						
масло сливочное 72.5 %	5,00	5,00						
сыр	10,10	10,00						
Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью			250	10,00	10,65	18,06	204,58	ТТК
курица-тушка	32,63	22,50						
масса отварной птицы		18						
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						
крупа перловая	5,00	5,00						
морковь 20 %	16,25	13,00						
морковь 25%	17,29	13,00						
лук репчатый	10,71	9,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
огурцы соленые	24,70	13,00						
масло растительное	5,00	5,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
вода	235,00	235,00						
сметана 15%	8,00	8,00						
зелень свежая	0,68	0,50						
Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность - яблоко, апельсин, груша, мандарин, банан)			120	0,66	0,38	14,25	85,00	
Чай с сахаром			200	0,01	0,00	9,98	39,98	№ 268-2004
чай заварка	1,00	1,00						
вода питьевая	210,00	210,00						
сахар песок	6,00	6,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			45	1,75	0,25	23,50	103,25	

Итого:							648	18,34	18,70	77,48	550,65
Обед											

Суп-лапша с птицей							260	10,78	9,77	36,72	286,6	692-2004
курица-тушка	21,75	15,00										
масса готовой птицы		12										
макаронные изделия (лапша)	12,00	12,00										
морковь до 01.01.-20%	15,00	12,00										
с 01.01 - 25%	15,96	12,00										
лук репчатый	11,30	9,50										
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	0,30	0,30										
вода	213,00	213,00										
Бефстроганов из мяса												245-2011
свинина	66,15	63,00					100	10,33	11,49	12,69	236,96	
масса готового мяса		45,00										
морковь до 01.01	13,75	11,00										
морковь с 01.01	14,63	11,00										
лук репчатый	8,33	7,00										
сметана	13,50	13,50										
вода питьевая	22,00	22,00										
мука пшеничная в/с	2,80	2,80										
соль йодированная	0,35	0,35										
масло растительное	6,00	6,00										

Картофель отварной								180	2,95	5,88	22,86	146,88
--------------------	--	--	--	--	--	--	--	-----	------	------	-------	--------

картофель - 01.09.-31.10. - 33%	236,74	178,00						
01.11.-31.12. -43%	254,54	178,00						
01.01-29.02 - 54%	274,12	178,00						
01.03 - 67%	297,26	178,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
масло растительное	5,00	5,00						
Напиток из ягодно-яблочной смеси			200	0,27	0,09	15,21	63,14	
смесь ягод	30,00	30,00						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	215,00	215,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	2,24	0,44	23,16	55,25	
ИТОГО:			800	27,46	27,84	119,90	833,03	
Итого за завтрак, обед:			1448	45,80	46,54	197,38	1383,68	

10 день

10 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Плов с мясом			260	11,35	12,68	32,50	253,95	№443-2004
свинина мясная	88,20	84,00						
масса тушеного мяса		60						
масло растительное	6,00	6,00						
крупа рисовая	71,00	71,00						
морковь до 01.01.-20%	33,75	27,00						
с 01.01 - 25%	35,91	27,00						
лук репчатый	26,18	22,00						
соль йодированная	0,70	0,70						

[illegible]

хлеб пшеничный	16,00	10,00						
Котлета мясо-картофельная			100	8,13	8,80	18,02	166,78	ТТК
фарш говяжий с/м	21,80	20,00						
филе бедра с/м	29,70	27,00						
филе куриное с/м	46,20	42,00						
картофель - 01.09.-31.10. - 33%	17,29	13,00						
01.11.-31.12. -43%	18,59	13,00						
01.01-29.02 - 54%	20,02	13,00						
01.03 - 67%	21,71	13,00						
лук репчатый	14,17	13,00						
соль йодированная	0,25	0,25						
сухари панировочные	5,00	5,00						
масса п/ф		120,00						
масло растительное для смазки листа	1,50	1,50						
или								
Котлета мясо-картофельная п/ф пром. произ			100					ТТК
Котлета по-хлыновски п/ф пром. произ (зам)	120,00	120,00						
масло растительное для смазки листа	1,50	1,50						
Капуста тушеная			180	4,52	8,36	23,56	197,60	245-1997
капуста б/к	232,50	186,00						
морковь до 01.01.-25%	27,50	22,00						
с 01.01 - 33%	29,26	22,00						
лук репчатый	13,09	11,00						
мука пшеничная	3,00	3,00						
вода питьевая	14,50	14,50						
соль йодированная	0,40	0,40						
масло растительное	10,00	10,00						
Чай с сахаром и брусничкой			200	0,27	0,09	2,15	43,14	

чай черный	1,00	1,00							
вода питьевая	210,00	210,00							
сахар песок	6,00	6,00							
брусника с/х	5,00	5,00							
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с обогащением витаминов и минералов									
	40	1,78	0,34	18,52	88,40				
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с обогащением витаминов и минералов									
	40	2,24	0,44	23,16	55,25				
ИТОГО:									
	820	27,24	27,69	118,49	831,47				
Итого за завтрак, обед:									
	1380	45,32	46,40	195,30	1376,59				
Итого за 5 дней :									
			229,66	234,82	985,97	6952,30			
Средняя за 1 день :									
			45,93	46,96	197,19	1390,46			

II день

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

ЗАВТРАК

Каша молочная в асортименте								
	250	7,95	9,04	23,63	212,95	№264-2013		
крупа пшено	25,00	37,50						
крупа рисовая	32,00	32,00						
или крупа пшеничная	32,00	32,00						
или крупа овсяная	30,00	30,00						
или крупа ячневая	30,00	30,00						
вода	107,50	107,50						
молоко питьевое 2,5% жирности	120,00	120,00						
сахар песок	3,00	3,00						
соль йодированная	0,70	0,70						
масло сливочное 72,5 %	3,00	3,80						
Липор Ларский								
	90	8,36	9,17	27,15	217,13	№ 85-2006		
масло сливочное 72,5 %	12,50	12,50						

мука пшеничная в/с	34,07	34,07						
разрыхлитель	0,03	0,03						
яйцо куриное	12,40	12,40						
творог 9%	43,43	43,00						
сахар песок	2,00	2,00						
масса п/ф		104,00						
масло растительное для смазки листа	1,00	1,00						
Чай с лимоном			200/3	0,01	0,00	9,98	39,98	(№ 377-2011)
чай заварка	0,50	1,00						
лимон	3,42	3,00						
вода питьевая	200,00	200,00						
сахар песок	2,00	2,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:			570	18,10	18,55	79,28	558,46	
ОБЕД								
Овощи натуральные (на поджаривровку)			100	1,17	0,17	4,50	23,83	№ 106-2013
огурцы свежие	63,00	100,00						
или томаты свежие	63,00	100,00						
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) на поджаривровку)	190,00	100,00	100	0,83	0,17	1,67	11,50	№101-2004
Суп с птицей, крупой и овощами			230	5,83	11,48	21,95	223,82	
курица-тушка	20,84	14,38						
масса готовой птицы		11,5						
картофель - 01.09.-31.10.- 33%	73,15	55,00						
01.11.-31.12. -43%	78,65	55,00						
01.01-29.02 - 54%	84,70	55,00						
01.03 - 67%	91,85	55,00						
морковь 25 %	17,29	13,00						

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением витаминов и минералов			40	2,80	0,55	28,95	69,06	
вода питьевая	200,00	200,00		2,24	0,44	23,16	55,25	
сахар песок	6,00	6,00						
сухофрукты	17,00	17,00						
Компот из сухофруктов			180	0,60	0,08	21,52	90,70	350-2011
масло сливочное 72,5 %	3,60	3,60						
вода питьевая	475,00	475,00						
соль йодированная	0,70	0,70						
макаронные изделия	66,00	66,00						
Макаронные изделия отварные			180	4,22	2,28	24,10	139,20	№ 332-2004
соль йодированная	0,30	0,30						
вода питьевая	67,00	67,00						
масло растительное	3,30	3,30						
мука пшеничная в/с	2,20	2,20						
тык печеный	10,71	9,00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	5,50	5,50						
масса тушеного мяса	45,00							
фарш куриный	61,88	56,25						
Тушки из птицы			100	13,43	13,06	19,51	279,29	260-2011
зелень свежая	0,81	0,60						
соль йодированная	0,30	0,30						
масло растительное	4,63	4,63						
куряна рис крытый	10,00	10,00						
томатная паста	8,00	8,00						
вода питьевая	216,00	216,00						
лаповый лист	0,01	0,01						
тык печеный	14,28	12,00						
морковь 20 %	16,25	13,00						

ИТОГО:			830	28,05	27,62	120,53	825,90	
Итого за завтрак, обед:				46,15	46,17	199,81	1384,36	
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Суп гороховый с птицей			250	9,30	10,75	17,56	198,01	№ 36-2011
курица-тушка	29,91	20,63						
масса отварной птицы		16,50						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	90,44	68,00						
01.11.-31.12. -30%	97,24	68,00						
01.01-29.02 - 35%	104,72	68,00						
01.03. - 67%	113,56	68,00						
горох лущёный	28,00	28,00						
масло растительное	4,00	4,00						
лук репчатый	11,90	10,00						
морковь до 01.01.-20%	18,75	15,00						
с 01.01 - 25%	19,95	15,00						
соль йодированная	0,40	0,40						
вода	205,00	205,00						
Улитка с корицей			50	6,97	7,46	17,09	155,24	ТТК
тесто слоеное промышленного производства	52,00	52,00						
масло сливочное	2,00	2,00						
корица	0,03	0,03						
сахар песок	1,50	1,50						
мука пшеничная в/с на подпыл	1,00	1,00						
Масса полуфабриката		55,53						

[illegible]

лук репчатый	10,23	8,60						
томатная паста	3,00	3,00						
вода	230,00	230,00						
лимонная кислота	0,16	0,16						
масло растительное	4,50	4,50						
сметана 15%	7,00	7,00						
Гречка по купечески			230	13,02	14,31	42,59	339,66	
свинина с/м	74,97	71,40						
масса готового мяса		51						
крупа гречневая	70,30	70,30						
вода для варки	180,00	180,00						
морковь 20 %	25,63	20,50						
морковь 25%	27,27	20,50						
лук репчатый	22,61	19,00						
масса пассерованных овощей		43						
соль йодированная	0,60	0,60						
масло растительное	6,50	6,50						
Компот из кураги			200	0,60	0,08	21,52	90,70	
курага	18,00	18,00						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	230,00	230,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	2,24	0,44	23,16	55,25	
ИТОГО:			800	27,86	28,61	115,01	818,85	
Итого за завтрак, обед:			1460	46,20	47,40	192,69	1379,68	

13 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Витамин С	Белок, г	Жиры, г	Углеб. г	ЭН, ккал

Йогурт			125	2,20	2,80	10,00	78,00	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:			645	18,26	18,86	76,66	562,32	
ОБЕД								
Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью			260	9,36	13,61	29,42	241,66	
курица-тушка	21,75	15,00						
масса готовой птицы		12						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	81,80	61,50						
01.11.-31.12. - 30%	87,94	61,50						
01.01.-29.02 - 35%	94,71	61,50						
01.03 - 40%	102,70	61,50						
крупя перловая	7,00	7,00						
морковь 20 %	15,00	12,00						
морковь 25%	15,96	12,00						
соль йодированная	0,20	0,20						
лук репчатый	13,09	11,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
огурцы соленые	26,60	14,00						
масло растительное	5,00	5,00						
вода	245,00	245,00						
сметана 15%	6,00	6,00						
зелень свежая	0,81	0,60						
Тефтель мясной			100	9,96	10,08	21,63	188,92	ТТК
фарш говяжий	42,84	42,00						
филе куриное	41,25	37,50						
лук репчатый	10,71	9,00						
крупа рис круглый	10,00	10,00						
масса отварного риса		25,00						

[illegible]

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов	30	1,78	0,34	18,52	88,40	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов	40	2,24	0,44	23,16	55,25	
ИТОГО:	810	27,09	27,62	119,93	830,09	
Итого за завтрак, обед:		45,35	46,48	196,59	1392,41	

14 день

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 (бланшированная)			100	0,85	0,07	14,51	22,89	№ 245-2006
кукуруза консервированная	154,00	100,00						
Курица в соусе с томатом			100	12,39	10,62	11,06	128,96	№ 410-2013
филе куриное	67,10	61,00						
или грудка куриная на кости	68,75	62,50						
масса готовой птицы		50,00						
лук репчатый	27,37	23,00						
морковь 20 %	21,25	17,00						
морковь 25%	22,61	17,00						
томатная паста	5,00	5,00						
сметана	3,50	3,50						
вода питьевая	40,00	40,00						
мука пшеничная в/с	2,20	2,20						
соль йодированная	0,25	0,25						
чеснок	0,48	0,40						
сушеный чеснок	0,05	0,05						
масло растительное	3,50	3,50						
сахар песок	0,20	0,20						
Рис отварной			180	3,31	7,50	23,86	265,11	№ 511-2004

кына пусоваз	63,00	63,00							
масно растительное	5,20	152,00							
вода питьевая									
соль йодированная	0,45	0,45							

или

Иречка распыляемая		180	4,80	6,34	25,96	200,46	№ 243-2011
кына гречневая	66,00						
вода питьевая	128,00						
масно растительное	3,70						
соль йодированная	0,40						
Чай с сахаром		200	0,01	0,00	9,98	39,98	№ 268-2004
чай заварка	1,00						
вода питьевая	210,00						
сахар песок	6,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:		620	18,34	18,53	77,93	545,34	

ОБЕД

Иш из свежей капусты с птицей, сметаной и зеленью		290	6,03	12,25	17,64	237,38	
кына-гушка	28,64						
масла отаправной кышчы		15,8					
каптофери - 01.09.-31.10.- 25%	49,21	37,00					
01.11.-31.12.- 30%	52,91	37,00					
01.01-29.02 - 35%	56,98	37,00					
01.03 - 40%	61,79	37,00					
каптофери	61,79	37,00					
соль йодированная	0,40						
морковь 20 %	26,25	21,00					
морковь 25%	27,93	21,00					

томатная паста	3,00	3,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
лук репчатый	17,25	14,50						
масло растительное	5,00	5,00						
вода питьевая	260,00	260,00						
зелень свежая	0,68	0,58						
или сушеная зелень	0,05	0,05						
сметана 15%	6,00	6,00						
Мясо духовое			230	16,45	14,50	35,00	358,70	360-2013
свинина	68,51	65,25						
масса тушеного мяса		45						
масло растительное	6,00	6,00						
картофель - 01.09.-31.10.-25%	239,40	180,00						
01.11.-31.12. -30%	257,40	180,00						
01.01-29.02 - 35%	277,20	180,00						
01.03 - 40%	300,60	180,00						
лук репчатый	26,18	23,00						
сметана	3,00	3,00						
томатная паста	4,00	4,00						
мука пшеничная	2,50	2,50						
соль йодированная	0,70	0,70						
вода питьевая	30,00	30,00						
Компот из сухофруктов			200	0,60	0,08	21,52	90,70	350-2011
сухофрукты	17,00	17,00						
сахар песок	6,00	6,00						
вода питьевая	220,00	220,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	2,24	0,44	23,16	55,25	

ИТОГО:						Итого за квартал, общ:	
	800	27,10	27,61	115,84	830,43		
				46,14	193,77	1375,77	

15 день							
Наименование блюда	Впрыто, г	Нетто, г	Химический состав				
			Всход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эл, ккал
							Нормы рецептуры
							ТОТОВО

ЗАВТРАК							
Тестель рыбный							
			100	11,05	12,70	15,60	188,36
минтай тушка с/м	90,48	58,00					
или филе минтая	91,06	58,00					
филе бедра птицы	21,80	20,00					
вода питьевая	10,00	10,00					
крупя рисовая	5,10	5,10					
масса отварного риса:	12,75						
рык репчатый	13,09	11,00					
масло растительное	2,00	2,00					
рык репчатый пассерованный	9,00						
соль йодированная	0,25	0,25					
мука пшеничная	5,00	5,00					
масса п/ф		116,00					
масло растительное	1,50	1,50					
или							
Тестель рыбный п/ф пром.производства							
			100				
тестель рыбный п/ф пром.производства	116,00	116,00					
масло растительное	1,50	1,50					
Люре картофельное							
			200	3,90	5,64	25,06	164,94
№ 520-2004							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%							
01.11.-31.12.- 30%							
	247,39	173,00					

01.01-29.02 - 35%	266,42	173,00						
01.03 - 40%	288,91	173,00						
молоко питьевое 2,5% жирности	28,35	27,00						
соль йодированная	0,45	0,45						
масло сливочное 72.5 %	3,00	3,00						
Чай ягодный с сахаром			200	0,90	0,30	5,36	48,00	
чай чёрный	1,00	1,00						
вода питьевая	210,00	210,00						
сахар песок	6,00	6,00						
брусника с/м	5,00	5,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,05	0,15	14,10	61,95	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:			570	18,68	19,13	78,64	551,65	
ОБЕД								
Овощи натуральные (на поджаривровку)			100	1,17	0,17	4,50	23,83	№ 106-2013
огурцы свежие	63,00	100,00						
или томаты свежие	63,00	100,00						
или								
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) на поджаривровку)	190,00	100,00	100	0,83	0,17	1,67	11,50	№101-2004
Суп Лагман с курицей			230	10,12	7,56	30,33	228,18	
курица-тушка	15,92	10,98						
масса отварной птицы		9,00						
спагетти	23,00	23,00						
масса отварных спагетти		58						
чеснок	0,73	0,57						
лук репчатый	13,68	11,50						
масло растительное	4,60	4,60						
картофель - 01.09.-31.10.- 33%	22,61	17,00						

[illegible]

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,26	44,20	
ИТОГО:			810	27,52	28,96	118,92	852,75	
Итого за завтрак, обед:				46,20	48,09	197,56	1404,40	
Итого за 5 дней :				229,34	234,28	980,42	6936,62	
Средняя за 1 день :				45,87	46,86	196,08	1387,32	
16 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Болоньезе			100	8,22	10,69	12,06	144,00	ТТК
фарш говяжий	54,00	50,00						
лук репчатый	19,83	16,67						
морковь 20 %	22,22	17,78						
морковь 25%	23,64	17,78						
кабачки свежие	20,69	15,56						
или кабачки с/м	15,56	15,56						
масло растительное	7,00	7,00						
томатная паста	5,56	5,56						
вода питьевая	111,11	111,11						
соль йодированная	0,25	0,25						
сахар песок	0,33	0,33						
орегано сушеный	0,01	0,01						
базилик сушеный	0,01	0,01						
чеснок	0,67	0,56						
Макаронные изделия отварные			180	4,22	3,12	20,10	139,20	№ 332-2004
макаронные изделия	65,00	65,00						
соль йодированная	0,45	0,45						

[illegible]

вода питьевая	360,00	360						
соль йодированная	0,80	0,80						
масло сливочное 72.5 %	3,00	2,00						
Чай с сахаром и брусникой			200	0,27	0,09	2,15	43,14	
чай чёрный	1,00	1,00						
вода питьевая	210,00	210,00						
сахар песок	6,00	6,00						
брусника с/м	5,00	5,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	0,70	0,10	9,40	41,30	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:			800	28,34	28,86	116,54	847,12	
Итого за завтрак, обед:			1410	46,37	47,65	193,16	1391,85	

17 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с повидлом			18/15	1,44	0,60	18,20	90,27	
повидло	15,00	15,00						
батон молочный	18,00	18,00						
Жаркое по-домашнему			200	14,52	17,52	22,36	296,56	
свинина с/м	66,15	63,00						
или филе куриное	61,88	56,25						
масса тушеного мяса/птицы		45						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	172,90	130,00						
01.11.-31.12. -30%	185,90	130,00						
01.01.-29.02 - 35%	200,20	130,00						
01.03 - 40%	217,10	130,00						

[illegible]

молоко питьевое	35,00	35,00						
мука пшеничная	4,20	4,20						
соль йодированная	0,30	0,30						
масло сливочное	3,50	3,50						
Гуляш из свинины			100	10,20	10,16	15,66	170,25	433-2004
свинина с/м	73,50	70,00						
масса тушеного мяса		50,00						
лук репчатый	14,28	12,00						
томатная паста	3,20	3,20						
мука пшеничная в/с	5,00	5,00						
масло растительное	3,00	3,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
вода питьевая	70,00	70,00						
Каша перловая с овощами			180	5,96	8,79	29,30	253,12	ТТК
крупа перловая	55,50	55,50						
масло растительное	6,00	6,00						
морковь 20 %	22,50	18,00						
морковь 25%	23,94	18,00						
кукуруза консервированная	18,48	12,00						
лук репчатый	12,85	10,80						
вода питьевая	165,60	165,60						
соль йодированная	0,50	0,50						
Компот из смородины			200	0,08	0,08	13,20	54,77	ТТК
смородина красная	23,00	23,00						
сахар песок	8,00	8,00						
вода питьевая	190,00	190,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,335	0,255	13,89	66,3	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	

Итого:	810	27,61	27,65	120,21	826,59
Итого за квартал, общ:	1393	45,74	46,60	197,15	1396,75

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Итого
Выход, г					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЛ, ккал	
Итого		Итого							
Филе куриное		67,10	61,00						
масса тушеной птицы			50						
крыта рис пропаренный		68,70	68,70						
вода питьевая		187,50	187,50						
соль йодированная		0,80	0,80						
морковь 20 %		25,00	20,00						
морковь 25%		26,60	20,00						
кырма		0,01	0,01						
лук репчатый		17,85	15,00						
масло растительное		6,00	6,00						
Рулетики слоеный с вареной струшкой				60	4,37	3,86	12,13	102,90	ТТК
тесто слоеное промышленного производства		60,00	60,00						
вареная струшенка		10,50	10,00						
мука пшеничная в/с на полки		1,00	1,00						
яйцо куриное		1,00	1,00						
масло растительное для смазки листа		1,00	1,00						
масса и/ф			72,00						
или									
Рулетики слоеный с повидлом				60	4,00	3,25	12,63	103,96	ТТК
тесто слоеное промышленного производства		60,00	60,00						

повидло	10,00	10,00						
мука пшеничная в/с на подпыл	1,00	1,00						
яйцо куриное	1,00	1,00						
масло растительное для смазки листа	1,00	1,00						
масса п/ф		72,00						
Чай "Витаминный"			200	0,27	0,05	13,46	55,46	
чай черный	1,00	1,00						
вода питьевая	215,00	215,00						
сахар песок	4,00	4,00						
плоды шиповника	2,00	2,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			60	2,67	0,51	27,78	132,60	
ИТОГО:			570	18,64	18,99	80,38	552,72	
ОБЕД								
Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной и зеленью			260	12,30	12,56	33,60	278,86	
курица-тушка	32,63	22,50						
масса готовой птицы		18						
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						
крупя перловая	7,00	7,00						
морковь 20 %	12,50	10,00						
морковь 25%	13,30	10,00						
соль йодированная	0,35	0,35						
лук репчатый	11,30	9,50						
лавровый лист	0,01	0,01						
огурцы соленые	20,90	11,00						
масло растительное	4,60	4,60						

[illegible]

сахар песок	8,00	8,00						
вода питьевая	220,00	220,00						
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			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:			800	27,80	27,92	116,31	837,08	
Итого за завтрак, обед:			1370	46,44	46,91	196,69	1389,81	

19 день

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Номер рецептуры
				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Голубец ленивый в томатном соусе			100/30	13,33	12,71	20,71	231,21	ТТК	
фарш говяжий	50,87	46,67							
филе бедра птицы	11,00	10,00							
свинина	16,51	15,72							
капуста б/к	26,39	21,11							
лук репчатый	13,09	11,00							
масло растительное	3,11	3,11							
масса припущенного лука		5,50							
соль йодированная	0,30	0,30							
крупа рисовая	4,80	4,80							
масса отварного риса:		12,00							
мука пшеничная	5,00	5,00							
масса и/ф		116,00							
масло растительное	1,50	1,50							
Соус томатный		30							
томатная паста	4,00	4,00							
мука пшеничная	2,00	2,00							

соль йодированная	0,10	0,10							
масло растительное	2,00	2,00							
вода питьевая	40,00	40,00							
сахар песок	0,50	0,50							
или									
Толбучев ленивый п/ф пром.пр-з в томатном соусе									
Пюре картофельное									
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	207,48	156,00							
01.11.-31.12. - 30%	223,08	156,00							
01.01.-29.02. - 35%	240,24	156,00							
01.03. - 40%	260,52	156,00							
молоко питьевое 2,5% жирности	27,30	26,00							
соль йодированная	0,30	0,30							
масло сливочное 72,5 %	3,50	3,50							
Напиток из ягодно-яблочной смеси									
смесь ягод	30,00	30,00							
сахар песок	6,00	6,00							
вода питьевая	215,00								
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с добавлением витаминов и минералов									
	40	1,00	0,60	16,20	77,80				
ИТОГО:	550	18,50	19,04	77,33	544,66				
ОБЕД									
Суп шурпа с мясом и зеленью									
свинина	27,19	18,75							
масла животного мяса		15							
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 20 %	18,75	15,00						
морковь 25%	19,95	15,00						
соль йодированная	0,30	0,30						
лук репчатый	14,28	12,00						
лавровый лист	0,01	0,01						
мука пшеничная	2,00	2,00						
масло растительное	5,00	5,00						
вода	255,00	255,00						
томатная паста	7,00	7,00						
зелень свежая	1,35	1,00						
или сушеная зелень	0,05	0,05						
чеснок	1,20	1,00						
Паста с курцей и сулугуни			250	18,01	17,73	61,10	469,54	ТТК
Паста:								
филе куриное	48,40	44,00						
макароны	62,50	62,50						
морковь до 01.01.-25%	25,00	20,00						
с 01.01 - 33%	26,60	20,00						
лук репчатый	23,80	20,00						
масло растительное	7,00	7,00						
соль йодированная	0,60	0,60						
сыр сулугуни	14,14	14,00						
<i>соус для пасты помидоро:</i>		60						
томаты с/м	33,80	33,80						
вода питьевая	30,00	30,00						
соль йодированная	0,20	0,20						
сахар песок	0,63	0,63						
чеснок	1,50	1,25						

чай с анисом	0,05	0,05	200	0,27	0,09	2,15	43,14	
или сушеный чеснок								
чай черный	1,00	1,00						
вода питьевая	210,00							
сахар песок	8,00	8,00						
аниски	5,70	5,00						
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	40	1,78	0,34	18,52	88,40			
ИТОГО:	800	27,66	27,98	120,18	822,68			
Итого за завтрак, обед:	1350	46,16	47,02	197,51	1367,34			

20 день

Наименование блюда		Брутто, г	Нето, г	Выход, г	Ветки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Номер рецептуры
				Химический состав					
ЗАВТРАК									
				100	1,17	0,17	4,50	23,83	№ 106-2013
Овощи натертые (на подливку)									
огурцы свежие		105,00	100,00						
или томаты свежие		105,00	100,00						
или									
Овощи консервированные без уксуса (огурцы на подливку)		190,00	100,00	100	0,83	0,16	1,66	11,50	№101-2004
Гуаш "По-венгерски"									
свинина с/м		73,50	70,00						
масса тушеного мяса			50						
томатная паста		3,56	3,56						
лиж печатый		15,87	13,33						
морковь 20 %		16,67	13,33						
морковь 25%		17,73	13,33						
перец болгарский		11,57	8,90						

или перец грутовой	11,13	8,90						
или перец с/м	8,90	8,90						
или соленые огурцы	16,91	8,90						
масло растительное	3,80	3,80						
соль йодированная	0,25	0,25						
мука пшеничная	4,44	4,44						
вода питьевая	33,33	33,33						
зелень свежая	0,75	0,56						
или сушеная зелень	0,05	0,05						
Гречка рассыпчатая			180	4,80	6,34	25,96	200,46	№ 243-2011
крупка гречневая	66,00	66,00						
вода питьевая	128,00	128,00						
масло сливочное 72.5 %	3,70	3,70						
соль йодированная	0,35	0,35						
Компот из яблок и лимона			200	0,15	0,11	17,55	72,25	
яблоки свежие 60%	28,25	25,00						
сахар песок	6,00	6,00						
лимон	5,70	5,00						
вода питьевая	210,00	210,00						
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,78	0,34	18,52	88,40	
ИТОГО:			620	18,87	18,55	78,99	548,21	
ОБЕД								
Свекольник с птицей и сметаной			270	8,28	8,85	32,96	261,94	
курица-гушка	27,19	18,75						
масса отварной курицы		15						
свекла 20 %	75,00	60,00						
свекла 25 %	79,80	60,00						
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	66,50	50,00						

[illegible]

Сложный гарнир:			180	5,71	6,46	29,05	173,84	
Пюре картофельное			120	3,84	4,38	22,35	129,60	№ 312-2011
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	136,19	102,40						
01.11.-31.12. -30%	146,43	102,40						
01.01-29.02 - 35%	157,69	102,40						
01.03 - 40%	171,00	102,40						
соль йодированная	0,25	0,25						
молоко питьевое 2,5% жирности	18,90	18,00						
масло сливочное 72.5 %	3,60	3,60						
Капуста тушеная			60	1,87	2,08	6,70	44,24	№482-1996
капуста б/кочанная	78,34	62,67						
морковь до 01.01.-20%	6,25	5,00						
с 01.01 - 25%	6,65	5,00						
лук репчатый	3,96	3,33						
мука пшеничная в/с	1,00	1,00						
соль йодированная	0,15	0,15						
масло растительное	1,00	1,00						
томатная паста (без консервантов и красителей)	1,00	1,00						
Чай с сахаром			200	0,01	0,00	5,98	39,98	№ 377-2011
чай заварка	1,00	1,00						
вода питьевая	205,00	205,00						
сахар песок	2,00	2,00						
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	1,40	0,20	18,80	82,60	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			20	0,89	0,17	9,25	44,20	
ИТОГО:			810	28,34	28,08	115,09	816,16	
Итого за завтрак, обед:			1430	47,21	46,62	194,08	1364,37	
Итого за 5 дней :				231,91	234,80	978,59	6910,12	
Средняя за 1 день :				46,38	46,96	195,72	1382,02	

[illegible]