



3-4 квартал 2021 г сада

Дневное Меню
СРО.

№	Масса	продукты	брутто	нетто	Цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Эн/л, ккал	№ рецептуры
	г		г	г	за кг	руб/кг					
1	150	крупа гречневая	12	12	110	1,32					
		масло слив.	4	4	318	1,27					
		сахар	4	4	68	0,27					
2	30	молоко	113	113	64	7,23	4,31	6,90	14,12	136,82	93
3	10	хлеб	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
4	180	масло слив	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20	14
		чай сухой	0,5	0,5	363	0,18					
		сахар	14	14	68	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
Итого за завтрак						6,33	20,82	37,79	363,86		
второй завтрак											
1		фрукты свежие									
обед											
1	200	картофель	86	60	35	3,01					
		вермишель	8	8	47	0,38					
		морковь	10	7	74	0,74					
		лук	10	8	36	0,36					
2	180	масло раст	4	4	155	0,62	2,15	2,27	13,71	83,87	103
		курица	103	89	240	24,72					
		лук	10	9	36	0,36					
		морковь	10	7	74	0,74					
		томат паста	2	2	90	0,18					
		рис	41	41	57	2,34					
4	30	масло раст	7	7	155	1,09	16,82	14,10	29,59	312,54	291
5	180	хлеб	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
		сухофрукты	13	13	125	1,63					
		сахар	13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
Итого за обед						20,85	22,09	76,55	588,41		
полдник											
1	75	мука пшеничная	55	55	44	2,42					
		сахар	6	6	68	0,41					
		молоко	18	18	64	1,15					
		масло слив.	3	3	318	0,95					
		яйцо	0,15	0,15	7,50	1,13					
		дрожжи	0,5	0,5	320	0,16					
		масло раст	5	5	155	0,78	5,38	7,41	46,01	272,25	281
2	180	чай сухой	0,5	0,5	363	0,18					
		сахар	14	14	68,00	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
		соль йод. на день	3,5	3,5	16,00	0,06					
		лавровый лист	0,01	0,01	897,00	0,01					
Итого за полдник						6,56	7,41	68,61	323,37		
Итого за день:						32,74	50,32	172,95	1275,64		
						63,00					

1 неделя Вторник

№	заправка	Масса г	продукты	брутто г	нетто г	Цена за кг	сумма руб/ли	Белки	Жиры	Углеводы	ЭнЦл, ккал	№ рецептуры
1	Каша молочная с овсяной крупой	150	хлопья геркулес молоко	19 113	19 113	71 64	1,35 7,23					
2	Масло сливочное	10	масло слив	4	4	318	1,27	7,54	12,46	30,94	266,06	177
3	Хлеб пшеничный	30	масло слив хлеб	10 30	10 30	318 56	3,18 1,68	0,00 1,84	8,20 5,72	0,10 10,97	74,20 102,72	14 1
4	Чай с сахаром	180	чай сухой сахар	0,5 14	0,5 14	363 68	0,18 0,95	1,84 0,18	5,72 0,00	10,97 12,60	102,72 51,12	1 376
Итого за завтрак												
второй завтрак												
1	Фрукты свежие											
Обед												
1	Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной	180/7	свежая капуста картофель морковь лук томат-паста масло раст сметана говядина хлеб	36 18 24 9 9 2 4 7 54 8	29 14 17 6 7 2 4 7 37 8	50 41 35 36 90 155 151 418 56	1,80 0,74 0,84 0,67 0,32 0,18 0,62 1,06 22,57 0,45					
2	Котлета из говядины с соусом	50/25	хлеб зам. сух. яйцо лук масло раст масло слив. мука пшеничная морковь лук томат-паста крупка пшеничная масло слив. хлеб	8 0,06 7 3 1 1 4 2 3 1 5 37 5 30 13 13	8 0,06 5 3 1 1 4 2 2 1 1 37 5 30 13 13	56 7,50 36 155 318 44 74 90 318 53 56 125 68	0,45 0,45 0,25 0,47 0,32 0,04 0,30 0,11 0,09 1,96 1,59 1,68 1,63 0,88					
3	Каша пшеничная гарнир	100	томат-паста крупка пшеничная масло слив. хлеб	1 37 5 30	1 37 5 30	90 53 318 56	0,09 1,96 1,59 1,68	2,91 1,07 4,40 1,84	1,07 5,05 3,82 5,72	5,05 25,26 10,97	41,47 153,02 102,72	348 302 1
4	Хлеб пшеничный	30	сухофрукты	13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
5	Компот из сухофруктов	180	сахар	13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
Итого за обед												
Полдник												
1	Кондитерское изделие	35	печенье	35	35	108	3,78	2,62	4,13	26,22	152,53	
2	Кисель из концентрата	180	кисель сахар соль йодна день лавровый лист	21 14 3,5 0,01	21 14 3,5 0,01	125 68 16 897	2,63 0,95 0,06 0,01	0,40	0,02	25,24	102,72	376
Итого за полдник												
Итого за день:												
							63,00	3,02	4,16	51,46	255,25	
							32,55	59,91	189,25	1426,37		

I неделя среда												
№	заправок	масса	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	белки	жиры	углеводы	Энцл. ккал	№ рецептур
	г	г	г	г	г	за кг	руб/кг					
1	Каша молочная речневая	150	молоко	113	113	64	7,23					
			крупа речневая	19	19	40	0,76					
			сахар	4	4	68	0,27					
2	Хлеб пшеничный	30	масло слив	4	4	318	1,27	6,60	5,73	37,89	229,53	177
4	Чай с сахаром	180	чай сухой	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
			сахар	0,5	0,5	363	0,18	0,18	0,00	12,60	51,12	376
				14	14	68	0,95					
Итого за завтрак												
1	Фрукты свежие											
Обед												
1	Суп картофельный с овощами	180	картофель	53	40	35	1,86					
			масло слив	2	2	318	0,64					
			морковь	9	6	74	0,67					
			лук	10	8	36	0,36					
			масло раст	2	2	155	0,31					
			мука пшеничная	12	12	44	0,53					
2	Котлеты рыбные с соусом	50/25	рыба	0,13	0,13	7,50	0,98	2,71	3,58	17,98	114,98	42
			хлеб	72	39	170	12,24					
			хлеб зам. сух	9	9	56	0,50					
			молоко	13	13	64	0,83					
			яйцо	0,1	0,1	7,50	0,75					
			масло раст.	4	4	155	0,62	7,98	12,04	3,12	152,76	248
			мука пшеничная	2	2	44	0,09					
			сметана	5	5	151	0,76					
			томат-паста	3	3	90	0,27	0,44	1,41	1,76	21,49	355
3	Пюре картофельное	100	картофель	113	85	35	3,96					
			молоко	20	20	64	1,28					
			масло слив	3	3	318	0,95	2,26	4,04	13,68	100,12	321
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
5	Компот из сухофруктов	180	сухофрукты	13	13	125	1,63	0,04	0,00	22,28	89,28	349
			сахар	13	13	68	0,88					
Итого за обед												
								15,27	26,79	69,79	581,35	
Полдник												
1	Лепешник с творогом и со ступенным молоком	90/10	вермишель	22	22	47	1,03					
			творог	31	31	182	5,64					
			сахар	3	3	68	0,20					
			яйцо	0,15	0,15	8	1,13					
			масло слив	2	2	318	0,64					
			сметана	2	2	151	0,30					
			хлеб зам. сух	2	2	56	0,11	9,43	6,63	28,44	211,15	452
2	Какао с молоком	180	молоко ступенное	10	10	188	1,88	0,68	0,83	5,35	31,59	
			какао	2	2	400	0,80					
			молоко	90	90	64	5,76					
			сахар	14	14	68	0,95	2,67	4,95	14,31	112,47	394
			соль, йод. на день	2	2	16	0,03					
			лавровый лист	0,01	0,01	897	0,01					
Итого за полдник												
								12,78	12,41	48,10	355,21	
Итого за день:												
								36,67	50,65	179,35	1319,93	
								63,00				

I неделя четверг

№	продукты	масса г	брутто г	нетто г	цена за кг	сумма руб/ли	Белки	Жиры	Углеводы	Эн/д, ккал	№ рецептуры
завтрак											
1	Суп молочный с вермишелью	150	15	15	47,00	0,71					
	вермишель		113	113	64	7,23					
	молоко		4	4	68	0,27					
2	Хлеб пшеничный	30	4	4	318	1,27	4,31	6,90	14,12	135,82	93
3	Сыр твердый	10	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
4	Чай с сахаром	180	10,5	10	435	4,57	2,32	2,95	0,00	35,83	15
	чай сухой		0,5	0,5	363	0,18					
	сахар		14	14	68	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
Итого за завтрак											
							6,15	12,62	25,09	238,54	
второй завтрак											
1	Фрукты свежие										
обед											
1	Суп картофельный с горохом	180	48	36	35	1,68					
	картофель		14	12	50	0,70					
	горох		9	7	36	0,32					
	лук		4	4	155	0,62	4,39	4,22	13,06	107,78	102
2	Рагу из курицы	160	76	66	240	18,24					
	курица		2	2	155	0,31					
	масло раст		103	73	35	3,61					
	картофель		19	15	74	1,41					
	морковь		10	8	36	0,36					
	лук		4	4	155	0,62					
	масло раст		1	1	44	0,04					
3	Хлеб пшеничный	30	5	5	90	0,45	11,02	15,42	13,45	236,66	56
4	Компот из сухофруктов	180	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
	сухофрукты		13	13	125	1,63					
	сахар		13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
Итого за обед											
							17,29	25,36	59,76	536,44	
полдник											
1	Омлет натуральный	55	1	40	7,50	7,50					
	яйцо		15	15	64	0,96					
	молоко		5	5	318	1,59	5,14	13,87	0,68	148,11	216
2	Хлеб пшеничный	30	30	30	56,00	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
3	Чай с сахаром	180	0,5	0,5	363	0,18					
	чай сухой		14	14	68,00	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
	сахар		3	3	16	0,05					
	соль йод. на День		0,01	0,01	897	0,01					
	лавровый лист										
Итого за полдник											
							7,16	19,59	24,25	301,95	
Итого за День:											
						63,00	38,60	81,05	159,04	1520,01	

І подолати п'ятницю

№	заправка	масса	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	ЭнЦ, ккал	№ рецептурной
		г		г	г	за кг	руб/ли					
1	Каша манная молочная	150	Молоко крупа манная	113 19	113 19	64 48	7,23 0,91					
2	Повидло фруктовое	10	масло слив.	4	4	3,18	1,27	7,54	12,48	30,94	266,06	177
3	Хлеб пшеничный	30	повидло хлеб	10 30	10 30	93 56	0,93 1,88	0,10 1,84	0,00 5,72	6,02 10,97	24,48 102,72	1
4	Чай с сахаром	180	чай сухой сахар	0,5 14	0,5 14	363 68	0,18 0,95	1,84 0,18	5,72 0,00	10,97 12,60	102,72 51,12	376
Итого за завтрак												
второй завтрак												
1	Фрукты свежие											
обед												
1	Свекольник со сметаной	180/7	свекла картофель морковь лук томат - паста масло раст сахар сметана говядина хлеб лук	37 48 7 7 5 2 2 0,7 7 44 7	29 36 4 4 5 2 2 0,7 7 32 7	50 35 74 36 90 155 68 151 418 56,00 36	1,85 1,68 0,52 0,25 0,18 0,31 0,05 1,06 18,39 0,39 0,72					
2	Тедтеги из говядины с соусом	50/25	говядина хлеб	44 20	32 16	4,18 36	18,39 0,72	1,63	4,00	11,28	87,64	58
			масло раст	3	3	155	0,47					
			мука пшеничная	3	3	44	0,13					
			масло раст	2	2	155	0,31	5,39	8,38	6,41	122,62	279
	соус		сметана	6	6	151	0,91					
			мука пшеничная	2	2	44	0,09					
3	Каша гречневая гарнир	100	томат - паста крупа гречневая	2 38	2 38	90 110	0,18 4,18	0,44	1,41	1,76	21,49	355
4	Хлеб пшеничный	30	масло слив хлеб	5 30	5 30	3,18 56	1,59 1,68	5,75 1,84	4,06 5,72	25,76 10,97	162,58 102,72	302
5	Компот из сухофруктов	180	сухофрукты сахар	13 13	13 13	125 68	1,63 0,88	1,84 0,04	5,72 0,00	10,97 22,28	102,72 89,28	1
Итого за обед												
полдник												
1	Овощное рагу	90	картофель капуста морковь лук масло раст масло слив хлеб	68 64 42 5 2 30	48 53 32 3 2 30	35 41 74,00 36 155 318	2,38 2,62 3,11 0,18 0,31 0,64					
2	Хлеб пшеничный	30	чай сухой	0,5	0,5	363	0,18	1,84	5,72	10,97	102,72	2
3	Чай с сахаром	180	сахар соль мол. на день павловый лист	14 4,5 0,01	14 4,5 0,01	68 16 897	0,95 0,07 0,01	0,18 0,18 0,01	0,00 0,00 0,01	12,60 12,60 0,01	51,12 51,12 0,01	376
Итого за полдник												
Итого за день:												
							69,00	4,32	6,32	37,13	222,68	
							29,07	48,07	176,12	1263,39		

II неделя понедельник

№	завтрак	Масса г	продукты	брутто г	нетто г	Цена за кг	сумма руб/ли	Белки	Жиры	Углеводы	Эн/л, ккал	№ рецептур
1	Каша молочная с овсяной крупой	150	молоко	113	113	64,00	7,23					
			хлOPSIS геркулес	19	19	71	1,35					
			сахар	4	4	68	0,27					
2	Хлеб пшеничный	30	масло слив	4	4	318	1,27	7,54	12,46	30,94	266,06	177
4	Чай с молоком	180	хлеб	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
			чай	0,5	0,5	363	0,18					
			молоко	90	90	64	5,76					
			сахар	14	14	68	0,95	2,67	4,95	14,31	112,47	394
								12,05	23,13	56,22	481,25	
	Итого за завтрак											
1	Фрукты свежие											
	обед											
1	Суп картофельный с рисом	200	картофель	87	60	35	3,05					
			рис	8	8	57	0,46					
			морковь	10	8	74	0,74					
			лук	10	7	36	0,36					
2	Жаркое по - домашнему	150	масло раст	4	4	155	0,62	1,58	2,19	11,66	72,67	101
			говядина	53	39	418	22,15					
			картофель	143	100	35	5,01					
			лук	12	10	36	0,43					
			масло раст	4	4	155	0,62					
3	Хлеб пшеничный	30	томат-паста	2	2	90	0,18	19,12	5,18	15,24	184,06	259
4	Компот из сухофруктов	180	хлеб	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
			сухофрукты	13	13	125	1,63					
			сахар	13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
								22,58	13,09	60,15	448,73	
	Итого за обед											
	полдник											
1	Кондитерское изделие	30	печенье	30	30	108,00	3,24	2,62	4,13	26,22	152,53	
2	Кисель из концентрата	180	кисель	20	20	125	2,50					
			сахар	10	10	68	0,68	0,40	0,02	25,24	102,72	376
			соль йод. на день	4,5	4,5	16	0,07					
			лавровый лист	0,01	0,01	897	0,01					
	Итого за полдник							3,02	4,15	51,46	255,25	
	Итого за день:							37,65	40,37	167,83	1185,23	
							63,00					

II неделя вторник

№	заавтрак	масса г	продукты	брутто г	нетто г	цена за кг	сумма руб/ли	Белки	Жиры	Углеводы	Эн/д, ккал	№ рецептуры
1	Каша молочная пшеничная	150	молоко крупа пшеничная	113	113	64	7,23					
			сахар	19	19	53	1,01					
2	Хлеб пшеничный	30	масло слив хлеб	4	4	318	1,27	7,54	12,46	30,94	266,06	177
3	Масло сливочное	10	масло слив	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
4	Чай с сахаром	180	чай сахар	10	0,5	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20	14
				0,5	0,5	363	0,18	0,18	0,00	12,60	51,12	376
				14	14	68	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
Итого за завтрак												
1	Фрукты свежие											
Итого за обед												
1	Рассольник "Ленинградский"	180/7	картофель крупа перловая морковь лук	71	54	35	2,49					
				7	7	39	0,27					
				9	6	74	0,67					
				9	7	36	0,32					
				17	11	47	0,80					
				4	4	155	0,62	1,59	4,09	13,54	97,33	76
2	Уляш из говядины	50	сметана говядина морковь лук	7	7	151,00	1,06	0,21	2,82	0,31	27,46	
				52	37	418	21,74					
				8	5	74,00	0,59					
				5	3	36	0,18					
				1	1	90	0,09					
				1	1	318,00	0,32					
3	Каша пшеничная гарнир	100	мука пшеничная пшено	3	3	44	0,13	6,43	11,30	1,65	134,02	277
				38	38	50	1,90					
5	Хлеб пшеничный	30	масло слив. хлеб	5	5	318	1,59	4,40	3,82	25,26	153,02	302
6	Комлот из сухофруктов	180	сухофрукты сахар	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
				13	13	125	1,63	0,04	0,00	22,28	89,28	349
				13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
Итого за обед												
								14,51	27,75	74,01	603,83	
полдник												
1	Макароны отварные с сыром	100/10	макароны масло слив	35	35	47,00	1,65	5,64	6,82	31,91	211,58	309
				3	3	318,00	0,95	2,32	2,95	0,00	35,83	15
3	Хлеб пшеничный	30	сыр хлеб	11	10	435,00	4,79	1,84	5,72	10,97	102,72	1
4	Чай с сахаром	180	чай сухой сахар	30	30	56,00	1,68	0,18	0,00	12,60	51,12	376
				0,5	0,5	363	0,18	0,18	0,00	12,60	51,12	376
				14	14	68	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
				4	4	16	0,06					
				0,01	0,01	897	0,01					
Итого за полдник												
								9,98	15,49	55,48	401,25	
Итого за день:												
								34,05	69,62	184,10	1499,18	
								63,00				

II неделя среда

№	загрузка	масса	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	белки	жиры	углеводы	Эн/ц, ккал	№ рецептуры
1	Каша молочная с пшеном	150	пшено молоко	19 113	19 113	50 64	0,95 7,23					
2	Хлеб пшеничный	30	сахар хлеб	4 30	4 30	68 56	0,27 1,68	7,54 1,84	12,46 5,72	30,94 10,97	266,06 102,72	177,00 1
3	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20	14
4	Чай с сахаром	180	чай сухой сахар	0,5 14	0,5 14	363 68	0,18 0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
Итого за завтрак												
1	Фрукты свежие											
обед												
1	Борщ из свежей капусты с картофелем и со сметаной	200/7	свекла капуста картофель морковь лук	40 21 24 10 10	32 16 17 7 8	50 41 35 74 36	2,00 0,86 0,84 0,74 0,36					
			томат-паста	2	2	90	0,18					
			масло раст	4	4	155	0,62	1,45	3,93	10,20	81,97	82
			сметана	7	7	151	1,06	0,21	2,82	0,31	27,46	
2	Птица тушенная с соусом	50/30	куры сметана	78 7	65 7	240 151	18,72 1,06	5,88	5,38	1,20	76,74	301
			мука пшеничная	3	3	44	0,13					
			томат-паста	3	3	90,00	0,27	0,53	1,69	2,11	25,77	355
3	Рис отварной гарнир	100	рис	37	37	57	2,11					
4	Хлеб пшеничный	30	масло слив. хлеб	5 30	5 30	318 56	1,59 1,68	2,40 1,84	2,88 5,72	25,02 10,97	135,60 102,72	302 1
5	Компот из сухофруктов	180	сухофрукты сахар	13 13	13 13	125 68,00	1,63 0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
Итого за обед												
полдник												
1	Пирожок с картофелем	80	мука пшеничная сахар	35 2	35 2	44,00 68	1,54 0,14					
			дрожжи	0,4	0,4	320,00	0,13					
			яйцо	0,13	0,13	7,50	0,98					
			картофель	47	33	35	1,65					
			лук	11	9	36	0,40					
			масло раст	5	5	155	0,78	3,69	7,06	5,82	101,58	1104
2	Чай с молоком	180	чай сухой сахар	0,5 14	0,5 14	363 68	0,18 0,95					
			молоко	90	90	64	5,76	2,67	4,95	14,31	112,47	394
			соль йод. на день	3,5	3,5	16	0,06					
			лавровый лист	0,01	0,01	897	0,01					
Итого за полдник												
Итого за день:-												
							63,00	6,36	12,01	20,13	214,05	
							28,27	60,81	146,83	1247,69		

II неделя четверти

№	завтрак	масса г	продукты	брутто г	нетто г	Цена за кг	сумма рублей	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.д., ккал	№ рецептуры
1	Каша молочная "Дружба"	150	молоко пшено	113 8	113 8	64 50	7,23					
			рис	8	8	57	0,46					
			сахар	4	4	68	0,27					
2	Хлеб пшеничный	30	масло слив хлеб	4 30	4 30	318 56	1,27 1,68	6,21 1,84	7,73 5,72	27,71 10,97	205,25 102,72	168 1
3	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20	14
3	Чай с сахаром	180	чай сухой сахар	0,5 14	0,5 14	363 68	0,18 0,95	0,18 0,18	0,00 0,00	12,60 12,60	51,12 51,12	376
Итого за завтрак												
8,23 21,65 51,38 433,29												
второй завтрак												
1	Фрукты свежие											
обед												
1	Суп картофельный с вермишелью	180	картофель вермишель морковь	71 7 9	54 7 6	35 47 74	2,49 0,33 0,67					
			лук	9	7	36	0,32					
			масло раст	4	4	156	0,62	2,15	2,27	13,71	83,87	103
2	Котлеты рыбные "Любительские" с соусом	55/25	минтай морковь	75 19	38 11	170 74	12,75 1,41					
			хлеб пшеничный	5	5	56	0,28					
			лук	6	4	36	0,22					
			яйцо	0,15	0,15	7,50	1,13					
			молоко	6	6	64	0,38					
			масло слив	2	2	318	0,64	17,98	5,65	14,25	179,77	88
	соус		сметана	7	7	151	1,06					
			мука пшеничная	2	2	44	0,09					
			томат-паста	2	2	90	0,18					
3	Пюре картофельное	100	картофель	113	85	35	3,96	0,53	1,69	2,11	25,77	355
			молоко	20	20	64	1,28					
4	Хлеб пшеничный	30	масло слив	3	3	318,00	0,95	2,26	4,04	13,68	100,12	321
5	Компот из сухофруктов	180	хлеб сухофрукты сахар	30 13 13	30 13 13	56 125 68	1,68 1,63 0,88	1,84 0,04	5,72 0,00	10,97 22,28	102,72 89,28	1 349
Итого за обед												
24,80 19,37 77,00 681,63												
полдник												
1	Оладьи из творога с молоком сухими	70/10	творог мука пшеничная яйцо сахар	44 14 0,14 4	43 14 0,14 4	182 44 7,50 68,00	8,01 0,62 1,05 0,27					
			молоко	17	17	64	1,09					
			масло раст	2	2	155	0,31	9,79	15,09	15,69	237,73	239
			молоко сухие	10	10	188	1,88	0,68	0,83	5,35	31,59	
2	Чай с сахаром	180	чай сухой сахар	0,5 14	0,5 14	363 68	0,18 0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
			соль йод. на день	5	5	16	0,06					
			лавровый лист	0,01	0,01	897	0,01					
Итого за полдник												
10,66 15,92 33,64 320,44												
Итого за день:												
43,68 56,94 162,02 1336,26												

II неделя пятница

№	заавтрак	масса г	продукты	брутто г	нетто г	цена за кг	сумма руб/ли	Белки	Жиры	Углеводы	Эн/д, ккал	№ рецептуры
1	Каша молочная с рисом	150	крупа рисовая	19	19	57	1,08					
			молоко	113	113	64	7,23					
			масло слив	4	4	318	1,27					
2	Хлеб пшеничный	20	хлеб	20	20	68	0,27	7,55	12,46	30,95	266,14	177
3	Повидло фруктовое	10	повидло	10	10	93	0,93	0,10	0,00	6,02	24,48	1
4	Чай с сахаром	180	чай сухой	0,5	0,5	363	0,18	0,18	0,00	12,60	51,12	376
			сахар	14	14	68	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
Итого за завтрак												
Второй завтрак												
1	Фрукты свежие											
обед												
1	Суп картофельный с горохом	180	картофель	51	36	35	1,79					
			горох	14	12	50	0,70					
			лук	9	7	36	0,32					
			морковь	9	6	74	0,67					
2	Азу с картофелем	150	масло раст	4	4	155,00	0,62	4,39	4,22	13,06	107,78	102
			говядина	53	40	418	22,15					
			масло слив	5	5	318	1,59					
			томат-паста	6	6	90	0,54					
			лук	12	9	36	0,43					
			мука пшеничная	2	2	44	0,09					
			огурцы соленые	17	9	47	0,80					
4	Хлеб пшеничный	30	картофель	113	80	35	3,96	13,15	9,97	22,09	230,69	637
5	Компот из сухофруктов	180	хлеб	30	30	56	1,68	1,84	5,72	10,97	102,72	1
			сухофрукты	13	13	125	1,63					
			сахар	13	13	68	0,88	0,04	0,00	22,28	89,28	349
Итого за обед												
полдник												
1	Яйцо отварное	40	яйцо	1	40	7,50	7,50	2,39	4,55	0,13	51,03	213
2	Икра кабачковая	25	икра кабачковая	26	25	88	2,29	0,27	1,41	1,77	20,85	53
3	Хлеб пшеничный	20	хлеб	20	20	56	1,12	1,22	3,82	7,31	68,50	1
4	Чай с сахаром	180	чай сухой	0,5	0,5	363	0,18	0,18	0,00	12,60	51,12	376
			сахар	14	14	68	0,95	0,18	0,00	12,60	51,12	376
			соль йод. на день	4	4	16	0,06					
			лавровый лист	0,01	0,01	897	0,01					
Итого за полдник												
Итого за день:												
							63,00	4,06	9,78	21,81	191,50	
							32,53	45,97	147,09	1132,21		