3 квартал школы 2020 г

I неделя понедельник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Макароны отварные с сыром	170	макароны	51	51	35	1,79				
			масло слив	8	8	340	2,72				
			сыр	17	17	380,00	6,46	12,38	13,34	30,28	290,66
2	Салат из капусты, огурцов	50	капуста	25	21	31,00	0,78				
	и перца болгарского		огурцы	16	14	55,00	0,88				
			перец болгарский	15	13	67,00	1,01				
			масло раст	2	2	90,00	0,18	0,67	3,54	2,02	42,78
3	Чай с сахаром	200	чай	1	1	337,00	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72				
			соль йод.	1	1	15	0,02	0,00	0,00	14,92	63,22
							14,90	13,05	16,88	47,22	396,66
	обед										
1	Свекольник со сметаной	250/10	свекла	81	65	32	2,59				
			картофель	57	43	35	2,00				
			морковь	13	10	45	0,59				
			лук	12	10	35	0,42				
			масло раст	5	5	90	0,45				
			томат-паста	3	3	80	0,24				
			сахар	1	1	48	0,05				
			сметана	10	10	133	1,33	2,00	5,18	14,83	113,33
2	Рагу из курицы	180	курица	84	74	177	14,87				

			масло раст	2	2	90	0,18					
			картофель	109	82	35	3,82					
			морковь	22	20	45	0,99					
			томат-паста	5	5	80	0,40					
			лук	12	10	35	0,42					
			масло раст	5	5	90	0,45					
			мука пшеничная	1	1	32	0,03	14,19	14,80	16,35		259,58
3	Салат из помидор и огурцов	70	помидоры	41	34	98	4,02					
			огурцы	31	25	55	1,71					
			лук	11	9	35	0,39					
			масло раст	3	3	90	0,27	0,88	2,85	2,26		38,30
4	Хлеб пшеничный	40	хлеб	40	40	51	2,04	2,68	0,28	20,12		96,00
	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	15	15	102	1,53					
			сахар	15	15	48	0,72	1,04	0,00	26,96		107,44
			витамин С	0,0005	0,0005							
			соль йод.	5	5	15	0,08					
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01					
							39,60	20,79	23,11	80,52		614,65
	полдник											
1	Пирожок печеный	110	мука пшеничная	47	47	32	1,50					
	с картофелем		сахар	4	4	48	0,19					
			масло раст	7	7	90	0,63					
			яйцо	0,2	0,2	6,33	1,27					
			дрожжи	0,7	0,7	273	0,19					
			соль йод.	1	1	15	0,02					
			картофель	61	45	35	2,14					
			лук	16	14	35	0,56	4,61	8,83	7,28		230,01
2	Сок фруктовый	200	сок	200	200	42	8,40	1,00	0,00	23,40		94,00
							14,90	5,61	8,83	30,68		324,01
Итого за день:						39,45	48,82	158,42				1335,32

I неделя вторник

№ п/		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена		сумма	Белки	Жиры		Углеводы	Ккал

п											
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Каша манная молочная	200	крупа манная	25	25	38,00	0,95				
			молоко	134	134	45	6,03				
			сахар	5	5	48	0,24				
			масло слив.	5	5	340,00	1,70	6,00	8,20	29,30	215,00
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,01	0,21	15,09	72,00
3	Чай с молоком	200	чай сухой	1	1	337	0,34				
			молоко	75	75	45	3,38				
			сахар	15	15	48	0,72	3,12	3,24	17,70	109,28
			соль йод.	0,5	0,5	15	0,01				
							14,90	11,13	11,65	62,09	396,28
	обед										
1	Суп картофельный с	250	картофель	100	75	35	3,50				
	макаронными изделиями		вермишель	10	10	35	0,35				
			морковь	13	10	45	0,59				
			лук	12	10	35	0,42				
			масло раст	5	5	90	0,45	2,81	5,42	20,27	143,55
2	Капуста тушенная с мясом	150	говядина	82	58	293	24,03				
			капуста	169	133	31	5,24				
			лук	10	8	35	0,35				
			морковь	10	7	45	0,45				
			масло слив	3	3	340	1,02				
			масло раст	3	3	90	0,27				
			томат-паста	3	3	80	0,24	13,45	16,89	3,29	284,84
3	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,01	0,21	15,09	72,00
4	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	0,00	0,00	14,92	63,22
			соль йод.	6	6	15	0,09				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	18,27	22,52	53,57	563,61
	полдник										
1	Булочка городская	100	мука пшеничная	56	56	32	1,79				
			сахар	5	5	48	0,24				

			масло слив.	5	5	340		1,70				
			молоко	10	10	45		0,45				
			яйцо	0,24	0,24	6,33		1,52				
			дрожжи	0,7	0,7	273		0,19				
			сахар	3	3	48		0,14				
			масло слив	2	2	340		0,68	8,90	6,30	50,80	296,00
2	Сок фруктовый	195	сок	195	195	42		8,19				
								14,90	8,90	6,30	50,80	296,00
Итого за день:						38,30	40,47	166,46		1255,89		

I неделя среда

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Яйцо отварное	1шт	яйцо	1	40	6,33	6,33	3,60	3,88	0,12	50,80
2	Салат из помидор с	50	помидоры	37	32	98	3,63				
	болгарским перцем		перец болгарский	14	10	67	0,94				
			лук	10	7	35	0,35				
			масло раст	3	3	90	0,27	0,38	2,54	1,91	32,52
3	Хлеб пшеничный	45	хлеб	45	45	51	2,30	2,01	0,21	15,09	72,00
4	Чай с сахаром	200	чай	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	0,00	0,00	14,92	63,22
			соль йод.	1	1	15	0,02				
							14,90	5,99	6,63	32,04	218,54
	обед										
1	Борщ из свежей капусты со	250/10	свекла	50	40	32	1,60				
	сметаной		капуста	25	20	31	0,78				
			картофель	32	24	35	1,12				
			морковь	13	10	45	0,59				
			лук	12	10	35	0,42				
			томат паста	3	3	80	0,24				
			масло раст	5	5	90	0,45				
			сметана	10	10	133	1,33	2,82	5,22	12,74	108,98
2	Птица тушеная с соусом	80/50	куры	118	104	177	20,89				

			сметана	12	12	133	1,60				
			мука пшеничная	5	5	32	0,16				
			томат паста	5	5	80,00	0,40	9,00	8,62	2,34	125,48
3	Каша гречневая гарнир	150	крупа гречневая	51	51	72	3,67				
			масло слив	5	5	340	1,70	11,88	8,78	27,23	236,00
4	Хлеб пшеничный	45	хлеб	45	45	51	2,30	2,01	0,21	15,09	72,00
5	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	15	15	102	1,53				
			сахар	15	15	48	0,72	1,04	0,00	26,96	107,44
			витамин С	0,0005	0,0005						
			соль йод.	6	6	15	0,09				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	26,75	22,83	84,36	649,90
	полдник										
1	Булочка "Домашняя"	90	мука пшеничная	64	64	32	2,05				
			сахар	7	7	48	0,34				
			молоко	22	22	45	0,99				
			масло слив	4	4	340	1,36				
			масло раст	5	5	90	0,45				
			яйцо	0,18	0,18	6,33	1,14				
			дрожжи	0,6	0,6	273	0,16				
			соль йод.	0,5	0,5	15	0,01	6,97	14,61	60,74	358,00
2	Сок фруктовый	200	сок	200	200	42	8,40				
							14,90	6,97	14,61	60,74	358,00
Итого за день:						39,71	44,07	177,14	1226,44		

I неделя четверг

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Каша рисовая молочная	200	молоко	122	122	45,00	5,49				
			крупа рисовая	25	25	58	1,45				
			сахар	5	5	48	0,24				
			масло слив	5	5	340	1,70	7,76	10,00	43,52	296,00

2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	3,35	0,35	25,15	120,00
3	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	340	3,40	0,04	7,85	0,05	73,40
4	Чай с сахаром	200	чай	1	1	337	0,34				
			сахар	15,2	15,2	48	0,73	0,00	0,00	14,92	63,22
			соль йод.	1	1	15	0,02				
							14,90	11,15	18,20	83,64	552,62
	обед										
1	Суп гороховый	250	картофель	67	50	35	2,35				
			горох	20	16	38	0,76				
			лук	12	10	35	0,42				
			морковь	13	10	45	0,59				
			масло раст	5	5	90	0,45	6,20	5,51	20,55	158,34
2	Рыба запеченная с соусом	65/50	минтай	102	82	180	18,36				
			мука пшеничная	7	7	32	0,22				
			масло раст	7	7	90	0,63	9,53	5,22	6,81	112,00
			масло слив	2	2	340,00	0,68				
			мука пшеничная	2	2	32	0,06				
			томат-паста	2	2	80	0,16				
			морковь	5	3	45	0,23				
			лук	4	2	35	0,14	0,37	1,61	2,17	24,41
3	Пюре картофельное	150	картофель	170	128	35	5,95				
			молоко	30	30	45	1,35				
			масло слив	5	5	340	1,70	3,44	5,51	22,31	156,69
4	Салат из капусты, огурцов	50	капуста	26	21	31	0,81				
	и перца болгарского		огурцы	16	14	55	0,88				
			перец болгарский	15	13	67	1,01				
			масло раст	2	2	90	0,18	0,54	3,54	2,02	42,78
5	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,68	0,28	20,12	96,00
6	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	0,00	0,00	14,92	63,22
			соль йод.	4,5	4,5	15	0,07				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	22,76	21,67	88,90	653,44
	полдник										

1	Оладьи запеченные	100/20	мука пшеничная	50	50	32	1,60				
	с повидлом		молоко	49	49	45	2,21				
			сахар	2	2	48	0,10				
			масло раст	5	5	90	0,45				
			яйцо	0,13	0,13	6,33	0,82				
			дрожжи	0,5	0,5	273	0,14				
			повидло	20	20	80	1,60	7,88	7,17	11,10	254,11
2	Сок фруктовый	190	сок	190	190	42	7,98				
							14,90	7,88	7,17	11,10	254,11
Итого за день:						41,79	47,04	183,64		1460,17	

I неделя пятница

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Пицца "Школьная"	100	мука пшеничная	45	45	32	1,44				
			сахар	2	2	48	0,10				
			масло раст	3	3	90,00	0,27				
			яйцо	0,1	0,1	6,33	0,63				
			дрожжи	0,7	0,7	273,00	0,19				
			сосиски	28	26	200	5,60				
			сыр	10,4	10	380	3,95				
			томат-паста	4	4	80	0,32				
			сметана	10	10	133	1,33				
			соль йод.	0,5	0,5	15	0,01	11,89	16,25	28,30	299,00
2	Чай с сахаром	200	чай	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	0,00	0,00	14,92	63,22
							14,90	11,89	16,25	43,22	362,22
	обед										
1	Суп картофельный с гречкой	250	картофель	100	75	35	3,50				
			гречка	10	10	72	0,72				
			морковь	13	10	45	0,59				
			лук	12	10	35	0,42				

			масло раст	5	5	90	0,45	3,09	5,40	19,68	138,63
2	Азу с картофелем	180	говядина	65	48	293	19,05				
			масло слив	6	6	340	2,04				
			томат-паста	7	7	80	0,56				
			лук	14	12	35	0,49				
			мука пшеничная	3	3	32	0,10				
			огурцы соленые	20	12	40	0,80				
			картофель	121	95	35	4,24	9,27	9,59	15,62	191,07
3	Огурец свежий	35	огурец свежий	41	35	55	2,26	0,25	0,00	2,43	
4	Хлеб пшеничный	40	хлеб	40	40	51	2,04	2,68	0,28	20,12	96,00
5	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	15	15	102	1,53				
			сахар	15	15	48	0,72	0,00	0,00	19,60	80,00
			витамин С	0,0005	0,0005						
			соль йод.	5	5	15	0,08				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	15,29	15,27	77,45	505,70
	полдник										
1	Пирожок печенный	100	мука пшеничная	44	44	32	1,41				
	с капустой		сахар	3	3	48	0,14				
			масло раст	7	7	90	0,63				
			яйцо	0,25	0,25	6,33	1,58				
			дрожжи	0,5	0,5	273	0,14				
			соль йод.	1	1	15	0,02				
			капуста	73	54	31	2,26				
			лук	9	7	35	0,32	5,07	9,71	8,00	253,01
2	Сок фруктовый	200	сок	200	200	42	8,40				
							14,90	5,07	9,71	8,00	253,01
Итого за день:						32,25	41,23	128,67		1120,93	

II неделя
понедельник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Картофель тушенный	100	картофель	106	84	35	3,71				
			морковь	13	10	45	0,59				

			лук	14	12	35,00	0,49				
			томат паста	3	3	80,00	0,24				
			масло слив	8	8	340	2,72	2,17	6,09	15,09	126,09
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,68	0,28	20,12	96,00
3	Кофейный напиток	200	кофе	3	3	427	1,28				
			молоко	80	80	45	3,60				
			сахар	15	15	48	0,72	3,12	2,66	14,18	93,34
			соль йод.	1	1	15	0,02				
							14,90	4,85	6,37	35,21	222,09
	обед										
1	Суп картофельный с	250	картофель	100	75	35	3,50				
	макаронными изделиями		вермишель	10	10	35	0,35				
			морковь	13	10	45	0,59				
			лук	12	10	35	0,42				
			масло раст	5	5	90	0,45	3,09	5,40	19,68	138,63
2	Гуляш из говядины	70	говядина	70	52	293	20,51				
			морковь	11	8	45	0,50				
			лук	7	6	35	0,25				
			томат паста	2	2	80	0,16				
			масло слив	2	2	340	0,68				
			мука пшеничная	3	3	32	0,10	10,31	8,15	2,62	125,00
3	Каша пшеничная гарнир	150	крупа пшеничная	51	51	33	1,68				
			масло слив	6	6	340	2,04	3,94	16,62	25,05	267,20
4	Салат из помидор и	50	помидоры	37	32	98	3,63				
	болгарского перца		перец болг	14	10	67	0,94				
			лук	10	7	35	0,35				
			масло раст	3	3	90	0,27	0,38	2,54	1,91	32,52
5	Хлеб пшеничный	40	хлеб	40	40	51	2,04	2,68	0,28	20,12	96,00
6	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	0	0	14,92	63,22
			соль йод.	4,5	4,5	15	0,07				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	20,40	32,99	84,30	722,5

											7
	полдник										
1	Булочка городская	100	мука пшеничная	56	56	32	1,79				
			сахар	5	5	48	0,24				
			масло слив.	5	5	340	1,70				
			молоко	10	10	45	0,45				
			яйцо	0,24	0,24	6,33	1,52				
			дрожжи	0,7	0,7	273	0,19				
			сахар	3	3	48	0,14				
			масло слив	2	2	340	0,68	8,90	6,30	50,80	296,00
2	Сок фруктовый	200	сок	195	195	42	8,19				
							14,90	8,90	6,30	50,80	296,00
Итого за день:						34,15	45,66	170,31		1240,66	

II неделя вторник

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Запеканка рисовая с творогом	110/25	крупа рисовая	26	26	58	1,51				
	с молоком сгущенным		изюм	11	11	193,00	2,12				
			творог	22	22	173,00	3,81				
			яйцо	0,12	0,12	6,33	0,76				
			сахар	9	9	48	0,43				
			масло слив	3	2	340	1,02				
			хлеб зам.сух.	4	4	51	0,20	12,58	8,84	37,92	282,40
			сметана	3	3	133	0,40	1,70	2,08	13,38	81,00
			молоко сгущенное	25	25	143	3,58				
2	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	3,12	2,66	14,18	93,34
			соль йод.	0,5	0,5	15	0,01				
							14,90	14,28	10,92	51,30	363,40
	обед										
1	Рассольник "Ленинградский"	250/10	картофель	100	75	35	3,50				
			крупа перловая	10	10	32	0,32				
			морковь	13	10	45	0,59				

			лук	12	10	35	0,42				
			огурцы соленые	27	15	40	1,08				
			масло раст	5	5	90	0,45				
			сметана	10	10	133,00	1,33	3,17	5,43	21,47	146,40
2	Плов из курицы	180	курица	101	89	177,00	17,88				
			масло раст	6	6	90,00	0,54				
			лук	10	8	35,00	0,35				
			морковь	10	7	45	0,45				
			томат-паста	2	2	80	0,16				
			рис	42	42	58	2,44	21,42	26,64	27,27	367,92
3	Салат из помидор и огурцов	60	помидоры	35	29	98	3,43				
			огурцы	26	21	55	1,43				
			лук	9	7	35	0,32				
			масло раст	3	3	90	0,27	0,14	0,00	1,19	5,25
4	Хлеб пшеничный	45	хлеб	45	45	51	2,30	2,68	0,28	20,12	96,00
5	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	15	15	102	1,53				
			сахар	15	15	48	0,72	1,04	0,00	26,96	107,44
			витамин С	0,0005	0,0005						
			соль йод.	5	5	15	0,08				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	28,45	32,35	97,01	723,01
	полдник										
1	Пирожок печенный	110	мука пшеничная	44	44	32	1,41				
	с капустой		сахар	3	3	48	0,14				
			масло раст	7	7	90	0,63				
			яйцо	0,25	0,25	6,33	1,58				
			дрожжи	0,5	0,5	273	0,14				
			соль йод.	1	1	15	0,02				
			капуста	73	54	31	2,26				
			лук	9	7	35	0,32	5,07	9,71	8,00	253,01
2	Сок фруктовый	200	сок	200	200	42	8,40				
							14,90	5,07	9,71	8,00	253,01
Итого за день:						47,80	52,98	156,31		1339,42	

II неделя среда

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Омлет натуральный	85	яйцо	1,5	40	6,33	9,50				
			молоко	21	21	45	0,95				
			масло слив	7	7	340	2,38				
2	Хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	51	1,02	1,34	0,14	10,06	48,00
3	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	337	0,34				
			сахар	14,4	14,4	48	0,69	0,00	0,00	14,92	63,22
			соль йод.	1	1	15	0,02				
							14,90	1,34	0,14	24,98	111,22
	обед										
1	Суп гороховый	250	картофель	68	50	35	2,38				
			горох	20	16	38	0,76				
			лук	12	10	35	0,42				
			морковь	13	10	45	0,59				
			масло раст	5	5	90	0,45	6,20	5,51	20,55	158,34
2	Жаркое по-домашнему	200	говядина	71	52	293	20,80				
			картофель	177	133	35	6,20				
			лук	15	13	35	0,53				
			масло раст	5	5	90	0,45				
			томат-паста	3	3	80	0,24	29,61	20,25	22,72	395,68
3	Салат из свежей капусты,	50	капуста	27	21	31	0,84				
	огурцов и перца болгарского		огурцы свежие	16	14	55	0,88				
			перец болгарский	15	13	67	1,01				
			масло раст	2	2	90	0,18				
4	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,68	0,28	20,12	96,00
5	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	15	15	102	1,53				
			сахар	15	15	48	0,72	1,04	0,00	26,96	107,44
			витамин С	0,0005	0,0005						
			соль йод.	5,5	5,5	15	0,08				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				

							39,60	39,53	26,04	90,35	757,46
	полдник										
1	Ватрушка с творогом	75	мука пшеничная	46	46	32	1,47				
			молоко	17	17	45	0,77				
			яйцо	0,11	0,11	6,33	0,70				
			сахар	6	6	48	0,29				
			дрожжи	0,5	0,5	273	0,14				
			масло слив	1	1	340	0,34				
			масло раст	3	3	90	0,27				
			творог	17	16	173	2,94	7,86	8,18	24,83	215,48
2	Сок фруктовый	200	сок	190	190	42	7,98				
							14,90	7,86	8,18	24,83	215,48
Итого за день:						48,73	34,36	140,16		1084,16	

II неделя
четверг

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Рагу овощное	150	картофель	67	50	35	2,35				
			морковь	32	25	45	1,44				
			лук	14	12	35	0,49				
			капуста	39	31	31	1,21				
			кабачок	31	25	47	1,46				
			масло раст	6	6	90	0,54				
			томат- паста	6	6	80	0,48	3,06	9,00	17,93	165,13
2	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,01	0,21	15,09	72,00
3	Какао с молоком	200	какао	3	3	353	1,06				
			молоко	80	80	45	3,60	6,20	6,40	22,36	169,82
			сахар	15	15	48	0,72	0,90	0,00	21,06	85,00
			соль йод.	1	1	15	0,02				
							14,90	12,17	15,61	76,44	491,95
	обед										
1	Суп картофельный	250	картофель	100	75	35	3,50				

	с рисом											
			рис	10	10	58		0,58				
			морковь	13	10	45		0,59				
			лук	13	10	35		0,46				
			масло раст	5	5	90,00		0,45	3,09	5,40	19,68	138,63
2	Рыба тушенная с овощами	120	минтай	93	62	180		16,74				
			морковь	19	16	45		0,86				
			лук	12	10	35		0,42				
			томат- паста	4	4	80,00		0,32				
			масло раст	5	5	90		0,45	13,12	6,12	3,08	143,41
3	Пюре картофельное	150	картофель	171	128	35		5,99				
			молоко	30	30	45		1,35				
			масло слив	6	6	340		2,04	3,44	5,51	22,31	156,69
4	Огурец свежий	25	огурец	31	25	55		1,71	0,18	0,00	0,68	3,50
5	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51		1,53	2,68	0,28	20,12	96,00
6	Кисель из концентрата	200	кисель	18	18	113		2,03				
			сахар	10	10	48		0,48	0,00	0,00	19,60	80,00
			витамин С	0,0005	0,0005							
			соль йод.	6	6	15		0,09				
			лавровый лист	0,02	0,02	373		0,01				
								39,60	22,51	17,31	85,47	618,23
	полдник											
1	Пирожок печеный	110	мука пшеничная	47	47	32		1,50				
	с картофелем		сахар	4	4	48		0,19				
			масло раст	7	7	90,00		0,63				
			яйцо	0,2	0,2	6,33		1,27				
			дрожжи	0,7	0,7	273		0,19				
			соль йод.	1	1	15,00		0,02				
			картофель	61	45	35		2,14				
			лук	16	14	35		0,56	4,61	8,83	7,28	230,01
2	Сок фруктовый	200	сок	200	200	42		8,40				
								14,90	4,61	8,83	7,28	230,01
Итого за день:						39,29	41,75	169,19		1340,19		

II неделя пятница

№ п/п		масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак	г		г	г	за кг	рубли				
1	Каша гречневая	150	крупа гречневая	52	52	72	3,74				
			масло слив	6	6	340	2,04	8,55	7,23	41,18	270,51
2	Колбаса отварная с соусом	25/50	колбаса	26	25	200	5,20	3,12	4,17	0,33	52,80
			масло слив	2	2	340,00	0,68				
			мука пшеничная	2	2	32,00	0,06				
			томат-паста	2	2	80,00	0,16				
			морковь	5	3	45,00	0,23				
			лук	5	3	35,00	0,18	0,37	1,61	2,17	24,41
3	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,01	0,21	15,09	72,00
4	Чай с сахаром	200	чай	1	1	337	0,34				
			сахар	15	15	48	0,72	0	0	14,92	63,22
			соль йод.	1	1	15	0,02				
							14,90	14,05	13,22	58,77	419,72
	обед										
1	Борщ из свежей капусты со	250/10	свекла	50	40	32	1,60				
	сметаной		капуста	26	20	31	0,81				
			картофель	32	24	35	1,12				
			морковь	13	10	45	0,59				
			лук	13	10	35	0,46				
			томат паста	3	3	80	0,24				
			масло раст	5	5	90,00	0,45				
			сметана	10	10	133,00	1,33	2,82	5,22	12,74	108,98
2	Котлета мясная с соусом	60/50	говядина	62	45	293,00	18,17				
			хлеб	10	10	51	0,51				
			хлеб замена сух	10	10	51	0,51				
			лук	9	7	35	0,32				
			яйцо	0,1	0,1	6,33	0,63				
			масло раст	4	4	90	0,36	10,09	7,66	10,45	150,59
			масло слив.	2	2	340	0,68				
			мука пшеничная	2	2	32	0,06				
			томат-паста	2	2	80	0,16				

			морковь	7	4	45	0,32				
			лук	4	2	35	0,14	0,37	1,61	2,17	24,41
3	Макароны отварные	150	макароны	51	51	35	1,79				
			масло слив.	6	6	340	2,04	8,10	0,90	52,20	249,90
4	Помидор свежий	30	помидоры	35	30	98	3,43	0,12	0,00	1,02	4,50
5	Хлеб пшеничный	30	хлеб	30	30	51	1,53	2,01	0,21	15,09	72,00
6	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	15	15	102	1,53				
			сахар	15	15	48	0,72	0,00	0,00	19,60	80,00
			витамин С	0,0005	0,0005						
			соль йод.	6	6	15	0,09				
			лавровый лист	0,02	0,02	373	0,01				
							39,60	23,51	15,60	113,27	690,38
	полдник										
1	Оладьи запеченные	100/20	мука пшеничная	50	50	32	1,60				
	с повидлом		молоко	49	49	45	2,21				
			сахар	2	2	48	0,10				
			масло раст	5	5	90,00	0,45				
			яйцо	0,13	0,13	6,33	0,82				
			дрожжи	0,5	0,5	273	0,14				
			повидло	20	20	80	1,60	4,61	8,83	7,28	230,01
2	Сок фруктовый	190	сок	190	190	42	7,98				
							14,90	4,61	8,83	7,28	230,01
Итого за день:						42,17	37,65	179,32		1340,11	

Составил ведущий технолог МКУ "Управление бухгалтерского учета городского округа

Прохладный КБР" Бачурина А.В