



ООО «НИКА»

«Утверждено»

ООО «Ника»

«Согласовано»

Директор МАОУ «Гимназия №1»

г. Перми



Signature

/А.П. Теплоухов/

«01» Сентября 2023 г.



/О.Ю. Казанцева/

«01» Сентября 2023 г.

Примерное десятидневное меню

для организации питания детей от 3 до 7 лет на осенне-зимний период в дошкольных образовательных организациях

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений.
Издательство: ЗАО «Уральский региональный центр питания» ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 6-е издание, переработанное и дополненное, Пермь 2012 г.
- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.
Издательство: Москва, ООО «Дели плюс», 2016 г.; разработан и подготовлен ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»; ФГБНУ «НИИ питания». СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.02.2020 г. № 32 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений»

Издательство: «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 3-е издание, дополненное и исправленное - Пермь, 2018 г.

- «Единый Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений»

Издательство: «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 4-е издание, дополненное и исправленное - Пермь, 2021 г.

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 1

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)	20/10	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
281 СБ 2012Г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ.	170	6,17	7,25	25,35	192,03	0,16	0,18	1,30	37,2	137,72	178,02	47,99	1,09
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
Итого по подменю:			13,13	12,95	55,40	392,75	0,23	0,37	3,09	80,2	351,97	340,02	69,59	1,57
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
ОБЕД														
3 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ 2021)..	60	0,69	3,73	4,11	53,85	0,02	0,02	17,22		20,14	13,10	7,58	0,78
176 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,68	3,96	18,22	124,08	0,08	0,10	14,99	22,0	64,87	77,11	24,85	0,80
347 СБ 2021Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	70	12,02	12,06	9,97	196,52	0,06	0,11	0,71	13,4	26,16	115,74	14,88	1,25
263 СБ 2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ,	130	4,15	5,78	18,64	143,23	0,14	0,07		26,0	11,74	99,55	65,22	2,22
465 СБ 2012Г	СОУС ТОМАТНЫЙ..	50	0,43	1,85	3,25	31,54	0,01	0,01	1,35	10,0	3,52	5,32	2,01	0,12
17840891- 2016	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	200			18,40	73,60	0,03	0,03	2,01	0,0				
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			24,13	27,62	90,43	711,30	0,37	0,35	36,28	71,4	131,72	335,20	120,29	5,88
ПОЛДНИК														
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
549 СБ 2021г	КЕКС "ДЕТСКИЙ"(2021)	50	3,08	10,27	26,47	210,71	0,04	0,06		70,5	15,20	40,78	5,64	0,62
Итого по подменю:			8,88	15,27	36,07	318,71	0,12	0,36	2,60	110,5	255,20	220,78	33,64	0,82
УЖИН														

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg
120 СБ 2012г	ПОМИДОР СВЕЖИЙ,*	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
348 СБ 2012Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ,(МИНТАЙ)..	100	18,40	11,12	5,97	197,97	0,13	0,23	0,57	75,8	65,44	277,32	54,29	1,48
442 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ..	130	1,62	5,21	11,03	97,71	0,08	0,07	12,99	27,9	22,94	48,65	16,35	0,63
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,89		11,89	8,97	4,80	0,81
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 23,78 16,78 48,21 441,17 0,29 0,33 31,45 103,7 116,67 376,54 93,04 3,90

Итого за день: 0,00 руб. 70,52 73,22 244,81 1934,43 1,06 1,44 88,42 365,9 879,56 1289,04 330,06 15,47

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	24,31	21,58	21,23	21,82
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,92
Обед (35 %)	44,69	46,03	34,65	39,52
Полдник (15 %)	16,57	25,45	13,98	17,82
Ужин (20 %)	45,76	28,08	20,36	25,90
Итого за день (100 %)	132,44	122,15	95,85	108,98

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,0:3,5

Директор Теплоухов А.П. /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор Мельникова А.А. /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 2

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-Й ВАР)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,,(СБ 2021)	200	19,40	24,45	5,00	318,23	0,13	0,72	1,08	370,1	178,33	333,51	27,90	3,46
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0	70,25	53,25	11,40	0,92
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,01	0,63		5,70	19,50	3,90	0,36

Итого по подменю: 24,64 30,78 48,21 569,43 0,20 0,82 2,88 400,1 259,28 420,76 45,80 4,99

2-ОЙ ЗАВТРАК

532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
-----------------	--------------	-----	------	------	-------	-------	------	------	------	--	-------	-------	------	------

Итого по подменю: 1,00 0,20 20,20 92,00 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

ОБЕД

120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ*	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
163 СБ 2012Г	СУП КАРТОФ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ.	25/250	7,93	7,73	18,28	174,79	0,15	0,13	23,20	5,0	28,28	130,97	36,60	8,90
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4	39,21	109,43	14,68	0,90
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,*,	150	3,55	5,14	15,12	123,09	0,06	0,08	78,44	27,2	91,00	64,20	31,83	1,25
487 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ.	180	0,29	0,19	13,68	58,75	0,02	0,01	9,60		12,51	7,70	5,52	1,07
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,..	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71

Итого по подменю: 28,86 22,53 88,08 676,65 0,38 0,36 116,71 56,6 192,49 374,18 106,98 13,46

ПОЛДНИК

531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ..	220	8,80	3,30	31,46	190,74	0,07	0,33	1,32	22,0	272,80	209,00	33,00	0,22
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (40)	шт	3,00	3,92	29,76	166,32	0,03	0,02		4,0	11,60	36,00	8,00	0,84

Итого по подменю: 11,80 7,22 61,22 357,06 0,10 0,35 1,32 26,0 284,40 245,00 41,00 1,06


№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
УЖИН														
21 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..	60	0,70	3,65	6,71	63,17	0,03	0,04	2,69		14,62	29,66	20,44	0,39
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	150	26,89	10,23	36,14	349,37	0,09	0,37	0,57	82,4	208,08	303,46	35,83	1,39
369 СБ 2016	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ.,	50	0,98	2,25	6,76	51,37	0,01	0,04	0,33	13,8	31,04	25,05	3,85	0,07
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (2018)	200			10,05	40,19			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			30,15	16,25	68,58	548,34	0,16	0,46	3,69	96,2	269,13	390,80	70,27	3,41
Итого за день: 0,00 руб.			96,45	76,98	286,29	2243,48	0,86	2,01	128,60	578,9	1019,30	1444,74	272,05	25,72

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	43,63	49,62	15,34	29,06
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,85	0,33	7,74	5,11
<i>Обед (35 %)</i>	53,59	37,57	33,90	37,71
<i>Полдник (15 %)</i>	21,85	12,03	23,46	19,84
<i>Ужин (20 %)</i>	55,83	27,08	26,28	30,46
Итого за день (100 %)	176,76	126,63	106,71	122,18

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,8:2,9

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 3

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,	20/10	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
235 СБ 2021Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).	180	6,79	6,70	32,81	219,43	0,19	0,16	1,17	36,0	120,04	166,46	42,55	1,09
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			13,88	11,27	69,38	437,39	0,27	0,29	2,31	69,0	279,58	307,84	62,90	2,23
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
ОБЕД														
1 СБ 2021г	САПАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ,(СБ 2021)	60	0,92	3,65	5,59	59,51	0,02	0,02	21,60		24,67	17,81	9,66	0,33
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,72	2,47	13,62	83,93	0,08	0,06	13,88	12,0	17,78	51,96	21,77	0,73
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70/30	18,90	16,36	6,50	249,74	0,32	2,27	34,04	8471,5	26,17	334,22	20,08	7,18
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	130	4,91	4,78	31,24	187,73	0,08	0,03		23,2	17,89	41,84	7,56	0,78
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,02	19,60	81,47		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			29,95	27,56	95,31	753,50	0,55	2,41	69,88	8506,7	116,05	497,07	73,02	11,06
ПОЛДНИК														
530 СБ 2012Г	КЕФИР,	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
530 СБ 2021Г	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (СБ 2021),,	60	3,83	2,12	42,53	204,51	0,06	0,04	0,15	10,9	13,32	34,42	7,82	0,86
Итого по подменю:			9,63	7,12	50,53	304,71	0,12	0,30	1,20	40,9	193,32	169,42	28,82	1,01

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
УЖИН														
69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ..	60	0,02	6,00	0,09	54,40			0,03		0,54	0,42	0,09	0,01
417 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ*	200	17,89	20,47	18,55	330,71	0,21	0,21	23,29	32,9	30,26	205,15	47,24	2,20
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША".	180			8,58	34,34			0,05		4,90	4,13	2,20	0,41
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71

Итого по подменю: 21,07 26,71 45,06 507,93 0,24 0,22 23,37 32,9 40,99 234,08 55,28 3,33


Итого за день: 0,00 руб. 75,13 73,26 274,98 2074,03 1,23 3,25 111,76 8649,6 653,94 1224,91 233,52 20,93

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	25,70	18,78	26,58	24,30
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,11	1,00	5,63	3,92
<i>Обед (35 %)</i>	55,46	45,93	36,52	41,86
<i>Полдник (15 %)</i>	17,83	11,87	19,36	16,93
<i>Ужин (20 %)</i>	40,52	44,60	19,08	29,48
Итого за день (100 %)	140,63	122,18	107,18	116,48

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,7

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 4

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
63 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАР)2021*,	20/5/10	4,10	6,82	10,35	119,75	0,03	0,05	0,49	43,0	95,00	73,50	7,60	0,34
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ*	180	6,90	5,61	32,66	209,24	0,15	0,19	1,29	34,2	157,97	228,66	34,23	0,88
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	25,07	142,51	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75	0,82
Итого по подменю:			14,63	15,38	68,08	471,50	0,22	0,40	3,08	97,2	377,41	411,81	68,58	2,04
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532 СБ 2012Г	СОК ГРУШЕВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
ОБЕД														
22 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ 2021),	80	0,75	4,95	5,93	72,55	0,04	0,04	5,04		17,49	30,19	21,15	0,91
116 СБ 2021Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ 2021),	250/10	2,13	7,07	11,43	118,35	0,09	0,07	22,43	15,0	37,32	58,71	23,00	0,84
345 СБ 2012Г	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ.,	80/30	12,07	2,59	6,66	98,72	0,10	0,12	1,45	22,5	59,43	189,02	41,47	0,75
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021)	150	3,14	5,91	20,97	149,99	0,16	0,13	24,59	31,3	42,97	93,18	31,23	1,15
517 СБ 2012Г	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.	180	0,02	0,02	14,10	56,69			0,32		1,57	0,65	0,43	0,09
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			22,73	20,98	87,69	634,30	0,46	0,38	53,83	68,8	172,07	422,13	128,63	4,89
ПОЛДНИК														
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ..	220	6,38	5,50	10,56	118,80	0,09	0,33	2,86	44,0	264,00	198,00	30,80	0,22
274 СБ 2004	БАРАНКИ (40)	1ШТ	4,16	0,52	25,68	124,40	0,09	0,03			11,20	45,60	17,60	1,04
Итого по подменю:			10,54	6,02	36,24	243,20	0,18	0,36	2,86	44,0	275,20	243,60	48,40	1,26
УЖИН														

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg
72 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-Й ВАР.2021)*	20/20/5	1,62	4,21	23,35	137,77	0,03	0,02	0,52	20,0	7,80	16,30	4,00	0,51
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ,	150	20,09	12,75	34,24	335,48	0,06	0,29	0,77	53,7	179,81	226,14	25,45	0,70
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ,	50	3,60	4,25	27,75	164,00	0,03	0,19	0,50	21,0	153,50	109,50	17,00	0,10
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ,.(2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,19	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90
125 СБ 2012Г	БАТОН,	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,01	0,42		3,80	13,00	2,60	0,24

Итого по подменю: 28,26 23,04 108,07 756,84 0,16 0,59 2,96 104,7 415,01 418,19 60,45 2,45

Итого за день: 0,00 руб. 77,16 65,62 320,28 2197,84 1,04 1,75 66,73 314,7 1253,69 1509,73 314,06 13,44

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	27,09	25,63	26,08	26,19
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,85	0,33	7,74	5,11
<i>Обед (35 %)</i>	42,09	34,97	33,60	35,24
<i>Полдник (15 %)</i>	19,52	10,03	13,89	13,51
<i>Ужин (20 %)</i>	52,98	38,43	42,12	42,57
Итого за день (100 %)	143,54	109,40	123,43	122,63

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,2

Директор Теплоухов А.П. /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор Мельникова А.А. /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 5

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-Й ВАР)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
229 СБ 2021Г	КАША "ДРУЖБА"(2021).	180	4,78	6,02	25,53	176,09	0,09	0,15	1,19	36,3	116,23	127,51	27,89	0,53
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
Итого по подменю:			9,22	12,74	55,65	375,56	0,15	0,31	2,91	76,3	241,68	232,01	44,49	0,93
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
ОБЕД														
120 СБ 2012г	ПОМИДОР СВЕЖИЙ,*	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
95 СБ 2021Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СБ 2021)	200/10	1,25	4,11	7,54	72,72	0,04	0,04	14,56	15,0	30,29	33,78	14,22	0,50
328 СБ 2021г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С-2021)	200	16,43	32,81	34,52	500,14	0,69	0,28	46,71	24,0	41,14	266,09	72,58	3,52
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.(2018)	180	0,61	0,25	17,68	87,05	0,01	0,05	180,00		11,07	3,06	3,06	0,57
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			23,57	37,73	90,62	812,31	0,85	0,41	256,27	39,0	104,19	368,91	113,21	6,28
ПОЛДНИК														
531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,06	0,30	1,20	20,0	248,00	190,00	30,00	0,20
569 СБ 2012	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ.*	60	4,37	7,42	36,82	231,54	0,06	0,05		46,3	18,31	43,44	6,51	0,65
Итого по подменю:			12,37	10,42	65,42	404,94	0,12	0,35	1,20	66,3	266,31	233,44	36,51	0,85
УЖИН														
24 СБ 2016Г	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ..	50	0,84	2,16	6,30	48,12	0,05	0,03	9,13		8,98	24,79	10,28	0,41


№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg
347 СБ 2021Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	70	12,02	12,06	9,97	196,52	0,06	0,11	0,71	13,4	26,16	115,74	14,88	1,25
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ, *	150	3,55	5,14	15,12	123,09	0,06	0,08	78,44	27,2	91,00	64,20	31,83	1,25
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	180/7	0,06	0,01	13,74	55,29			2,89		12,03	8,97	4,80	0,82
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			18,05	19,49	54,05	467,26	0,20	0,23	91,17	40,6	143,46	238,08	67,54	4,44
Итого за день: 0,00 руб.			63,81	80,98	280,44	2130,57	1,37	1,33	366,55	222,3	779,64	1088,94	275,25	15,80

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	17,07	21,23	21,32	20,86
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,11	1,00	5,63	3,92
<i>Обед (35 %)</i>	43,09	62,67	33,36	44,21
<i>Полдник (15 %)</i>	22,91	17,37	25,07	22,50
<i>Ужин (20 %)</i>	33,57	32,50	20,87	26,08
<i>Итого за день (100 %)</i>	117,76	134,77	106,25	117,56

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,3:4,4

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 6

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),*	20/5/10	4,10	6,82	10,35	119,75	0,03	0,05	0,49	43,0	95,00	73,50	7,60	0,34
230 СБ 2021Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (2021).	180	5,57	5,83	28,06	187,75	0,08	0,16	1,23	36,5	121,08	109,74	18,18	0,39
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,25	17,44	87,15	0,02	0,08	0,75	10,0	70,25	53,25	11,40	0,92
Итого по подменю:			11,12	13,90	55,85	394,65	0,13	0,29	2,47	89,5	286,33	236,49	37,18	1,65
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
ОБЕД														
5 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ.КАПУСТЫ И ОГУРЦАМИ(2021)	70	0,82	4,26	2,16	50,61	0,02	0,02	17,64		21,76	19,11	9,40	0,35
158 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ,ГРЕНКАМИ	200/10	6,20	3,51	25,01	156,76	0,23	0,08	14,20	16,0	36,57	88,29	33,87	1,94
341 СБ 2021г.	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ",	70	11,48	10,38	8,30	172,46	0,05	0,12	0,67	19,1	23,62	121,47	14,74	1,64
433 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗД.ОТВАРН.С ОВОЩАМИ,	130	4,50	5,23	28,20	178,25	0,08	0,03	2,44	26,0	17,60	44,78	9,37	0,81
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА.	180	0,41	0,09	25,32	104,47	0,03	0,01			14,81	23,22	7,56	0,58
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			26,57	23,71	106,83	751,03	0,44	0,27	34,95	61,1	119,65	321,25	80,69	6,03
ПОЛДНИК														
530 СБ 2012Г	КЕФИР*,	210	6,09	5,25	8,40	105,21	0,06	0,27	1,10	31,5	189,00	141,75	22,05	0,16
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (40)	шт	3,00	3,92	29,76	166,32	0,03	0,02		4,0	11,60	36,00	8,00	0,84
Итого по подменю:			9,09	9,17	38,16	271,53	0,09	0,29	1,10	35,5	200,60	177,75	30,05	1,00
УЖИН														
34 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ.(СБ 2021)	60	0,84	3,65	4,93	55,92	0,01	0,02	5,53		21,26	24,10	12,21	0,78


№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg
354 СБ 2021г	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (2021)	200	14,64	7,01	34,43	260,05	0,39	1,41	55,23	4805,6	32,20	296,53	52,63	5,77
435 СБ 2013г.	СОУС МОЛОЧНЫЙ (1-Й ВАРИАНТ),.	30	1,04	1,86	2,81	32,33	0,02	0,05	0,39	12,0	37,74	28,97	4,51	0,06
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ.(2018)	180			9,04	36,17			0,09		9,09	7,43	3,96	0,77
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			18,10	12,64	60,13	428,71	0,45	1,49	61,24	4817,6	105,58	381,41	79,06	8,09
Итого за день: 0,00 руб.			65,88	59,62	281,17	1937,92	1,13	2,36	103,76	5003,8	726,16	1130,90	234,98	19,57

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	20,59	23,17	21,40	21,93
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,85	0,33	7,74	5,11
<i>Обед (35 %)</i>	49,50	39,53	41,25	41,96
<i>Полдник (15 %)</i>	16,83	15,28	14,62	15,09
<i>Ужин (20 %)</i>	35,09	21,17	24,93	25,15
<i>Итого за день (100 %)</i>	123,87	99,48	109,95	109,23

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:4,3

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 7

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)	20/10	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
235 СБ 2021Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).	180	6,79	6,70	32,81	219,43	0,19	0,16	1,17	36,0	120,04	166,46	42,55	1,09
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по подменю:			12,30	11,15	60,46	393,15	0,24	0,28	2,31	69,0	274,29	283,46	57,15	1,52
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
ОБЕД														
120 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СВЕЖИЙ*	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
156 СБ 2012Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	2,13	4,71	9,52	89,83	0,07	0,07	31,61	15,0	47,08	53,76	23,20	0,82
307 СБ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (2018),	90	12,82	5,17	13,21	150,91	0,10	0,13	0,52	30,1	54,66	184,22	38,86	0,87
377 СБ 2021Г	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021)	150	3,14	5,91	20,97	149,99	0,16	0,13	24,59	31,3	42,97	93,18	31,23	1,15
411 СБ 2021	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	30	0,56	3,51	1,81	41,27	0,01	0,02	1,48	24,0	14,70	14,38	2,97	0,14
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	180	0,14	0,14	17,00	70,81	0,01	0,01	3,60		6,17	3,96	3,24	0,83
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			23,83	19,94	92,25	647,59	0,44	0,39	66,00	100,4	189,07	417,88	119,25	5,26
ПОЛДНИК														
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ..	220	6,38	5,50	10,56	118,80	0,09	0,33	2,86	44,0	264,00	198,00	30,80	0,22
603 СБ 2012Г	ПРЯНИКИ (35).	35	1,37	10,71	21,88	189,35	0,02	0,01		2,1	2,80	14,70	2,10	0,21
Итого по подменю:			7,75	16,21	32,44	308,15	0,11	0,34	2,86	46,1	266,80	212,70	32,90	0,43

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
УЖИН														
72 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-й ВАР.2021)*,	20/10/20	1,66	7,83	23,41	170,82	0,03	0,02	0,52	40,0	9,00	17,80	4,00	0,52
327 СБ 2012Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.	150	26,89	10,23	36,14	349,37	0,09	0,37	0,57	82,4	208,08	303,46	35,83	1,39
440 СБ 2013г.	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..	30	0,79	1,45	4,93	36,07	0,01	0,04	0,29	9,3	27,59	21,64	3,34	0,05
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,54	38,16			0,06		5,88	4,95	2,64	0,49
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подменю:			32,38	19,83	93,70	688,18	0,17	0,44	1,44	131,7	258,55	373,85	51,41	2,89
Итого за день: 0,00 руб.			76,86	67,73	293,55	2107,57	1,01	1,48	87,61	347,2	1012,71	1304,39	274,21	13,40

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	22,78	18,58	23,16	21,84
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,11	1,00	5,63	3,92
<i>Обед (35 %)</i>	44,24	33,47	35,33	36,06
<i>Полдник (15 %)</i>	14,35	27,02	12,43	17,12
<i>Ужин (20 %)</i>	59,96	33,05	35,90	38,23
Итого за день (100 %)	142,44	113,12	112,46	117,17

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:3,8

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 8

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-Й ВАР)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
268 СБ 2021Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,,(СБ 2021)	200	19,40	24,45	5,00	318,23	0,13	0,72	1,08	370,1	178,33	333,51	27,90	3,46
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,01	0,63		5,70	19,50	3,90	0,36
Итого по подменю:			26,09	32,04	50,54	596,30	0,22	0,89	3,43	410,1	309,48	457,51	48,40	4,22
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532 СБ 2012Г	СОК ГРУШЕВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
ОБЕД														
2 СБ 2021Г	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(2021),,	70	0,90	3,61	4,20	53,81	0,03	0,03	18,03		36,38	24,02	13,81	0,75
120 СБ 2021Г	УХА РЫБАЦКАЯ (2021)	200	5,98	2,46	12,49	96,31	0,12	0,10	15,66	20,9	27,79	115,68	31,93	1,07
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*	70	11,23	8,93	7,26	154,44	0,07	0,11	1,27	24,4	39,21	109,43	14,68	0,90
263 СБ 2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ,	130	4,15	5,78	18,64	143,23	0,14	0,07		26,0	11,74	99,55	65,22	2,22
476 СБ 2018 г.	КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)	180	0,12	0,11	23,14	94,66	0,01	0,01	2,68		8,29	9,88	2,41	0,63
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			27,06	21,29	93,41	677,81	0,42	0,34	37,64	71,3	132,70	395,94	136,60	6,50
ПОЛДНИК														
531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.*	210	8,40	3,15	30,03	182,07	0,06	0,32	1,26	21,0	260,40	199,50	31,50	0,21
274 СБ 2004	БАРАНКИ (40)	1ШТ	4,16	0,52	25,68	124,40	0,09	0,03			11,20	45,60	17,60	1,04
Итого по подменю:			12,56	3,67	55,71	306,47	0,15	0,35	1,26	21,0	271,60	245,10	49,10	1,25

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg
УЖИН														
14 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(СБ 2021).,	70	0,47	4,26	1,26	45,28	0,02	0,01	4,66		11,67	20,11	9,33	0,34
334 СБ 2021г.	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ*(С-2021)	200	20,27	43,71	28,45	588,34	0,79	0,30	33,00	26,7	30,68	291,12	65,76	3,55
408 СБ 2021г	СОУС СМЕТАННЫЙ(2021).	30	0,47	3,59	1,08	38,50	0,01	0,02	0,05	25,7	14,34	10,15	1,39	0,05
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)	180	1,31	1,13	11,20	60,47	0,02	0,07	0,68	9,0	63,09	47,93	10,26	0,81
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			24,10	52,81	50,91	776,83	0,87	0,41	38,39	61,4	125,07	393,69	92,49	5,46
Итого за день: 0,00 руб.			90,81	110,01	270,77	2449,41	1,68	2,01	84,72	563,9	852,85	1506,24	334,59	20,23

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	48,31	53,40	19,36	33,13
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,85	0,33	7,74	5,11
<i>Обед (35 %)</i>	50,11	35,48	35,79	37,66
<i>Полдник (15 %)</i>	23,26	6,12	21,34	17,03
<i>Ужин (20 %)</i>	44,26	87,95	18,88	42,73
Итого за день (100 %)	167,80	183,28	103,12	135,65

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,2:3,0

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 9

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,	20/10	4,06	3,19	10,28	86,70	0,03	0,04	0,49	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
223 СБ 2021г.	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),	180	7,72	6,01	34,76	224,59	0,17	0,18	1,12	35,2	124,60	196,94	39,21	2,09
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	25,07	142,51	0,04	0,16	1,30	20,0	124,44	109,65	26,75	0,82
Итого по подменю:			15,41	12,15	70,11	453,80	0,24	0,38	2,91	78,2	342,84	378,59	73,56	3,24
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКО (150)	ШТ	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю:			0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
ОБЕД														
1 СБ 2021г	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(СБ 2021).	70	1,08	4,26	6,53	69,42	0,02	0,03	25,20		28,72	20,77	11,26	0,39
98 СБ 2021Г	СВЕКОЛЬНИК (СБ 2021).	200/5	1,87	3,22	13,69	91,43	0,06	0,06	14,74	7,5	37,72	56,30	24,89	1,23
348 СБ 2021Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(2021)	70	10,78	11,78	5,85	172,53	0,05	0,09	1,68		13,27	115,66	15,37	14,56
258 СБ 2021Г	МАКАРОН.ИЗД.ОТВ.С ОВОЩАМИ/ЗЕЛ.ГОРОШ.(2021)	130	4,48	3,34	27,42	157,96	0,08	0,03	3,28	15,6	16,59	45,28	10,20	0,79
465 СБ 2012Г	СОУС ТОМАТНЫЙ..	50	0,43	1,85	3,25	31,54	0,01	0,01	1,35	10,0	3,52	5,32	2,01	0,12
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)	180	0,40	0,02	19,60	81,47		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			22,20	24,71	94,18	692,83	0,25	0,24	46,61	33,1	125,36	281,57	74,88	18,91
ПОЛДНИК														
530 СБ 2012Г	КЕФИР,	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15
550 СБ 2021г	МАННИК (СБ 2021)	50	3,16	3,53	16,49	110,43	0,03	0,08	0,13	34,7	31,59	47,51	6,17	0,43
Итого по подменю:			8,96	8,53	24,49	210,63	0,09	0,34	1,18	64,7	211,59	182,51	27,17	0,58
УЖИН														

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg
21 СБ 2021Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..	60	0,70	3,65	6,71	63,17	0,03	0,04	2,69		14,62	29,66	20,44	0,39
359 СБ 2021г	ПЕЧЕНЬ,ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)*	50/30	15,94	11,86	8,60	205,68	0,26	1,85	27,52	6856,4	26,93	278,15	17,44	5,85
241 СБ 2021Г	РИС С ОВОЩАМИ (2021).	130	4,00	4,65	35,81	201,47	0,11	0,05	3,94		23,02	123,43	43,13	1,21
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,31			2,90		13,05	9,79	5,24	0,91
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71

Итого по подменю: 23,86 20,41 84,21 620,11 0,43 1,95 37,05 6856,4 82,91 465,41 92,00 9,07

Итого за день: 0,00 руб. 71,03 66,40 287,69 2047,87 1,06 2,94 102,75 7032,4 786,70 1324,58 281,11 35,10

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПиН Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	28,54	20,25	26,86	25,21
Второй завтрак (5 %)	1,11	1,00	5,63	3,92
Обед (35 %)	40,91	35,82	35,79	36,68
Полдник (15 %)	16,59	14,22	9,38	11,70
Ужин (20 %)	43,67	33,93	31,69	34,02
Итого за день (100 %)	130,81	105,22	109,36	111,53

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:4,0

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

"Утверждаю"

//

ООО "Ника"

День 10

Примерное Меню (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
108 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (2-Й ВАР.)	20/5	1,54	4,21	10,35	85,45	0,02	0,01	0,42	20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
236 СБ 2021Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),	180	4,69	5,88	29,54	190,49	0,06	0,16	1,22	36,7	116,49	127,29	27,00	0,40
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)	200	1,45	1,26	17,37	87,02	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
Итого по подменю:			7,68	11,35	57,26	362,96	0,10	0,25	2,29	66,7	181,94	186,79	36,60	0,75
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532 СБ 2012Г	СОК ЯБЛОЧНЫЙ,..	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
Итого по подменю:			0,75	0,15	15,15	69,00	0,02	0,02	3,00		10,50	10,50	6,00	2,10
ОБЕД														
18 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,56	3,08	1,72	37,70	0,03	0,02	10,83		14,80	15,72	10,00	0,44
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,72	2,47	13,62	83,93	0,08	0,06	13,88	12,0	17,78	51,96	21,77	0,73
329 СБ 2021г.	БИГУС*(С-2021)	200	16,33	34,49	9,35	415,37	0,53	0,20	77,77		92,93	209,86	51,91	2,73
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	116,08	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
Итого по подменю:			25,27	40,70	90,34	835,32	0,74	0,32	102,48	12,0	155,25	353,72	103,43	5,70
ПОЛДНИК														
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
567 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	50	5,56	5,46	29,66	190,28	0,11	0,11	7,13	38,8	42,13	83,08	17,19	0,90
Итого по подменю:			11,36	10,46	39,26	298,28	0,19	0,41	9,73	78,8	282,13	263,08	45,19	1,10
УЖИН														
73 СБ 2021Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-Й ВАР.2021).	20/20	1,79	0,67	22,89	104,73	0,03	0,01	0,57		6,74	16,40	4,17	0,50

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ,	150	20,09	12,75	34,24	335,48	0,06	0,29	0,77	53,7	179,81	226,14	25,45	0,70
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ.	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,01	0,08	0,20	8,4	61,40	43,80	6,80	0,04
630 СБ 2012Г	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,54	38,16			0,06		5,88	4,95	2,64	0,49
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.,	45	3,56	0,27	20,07	99,54	0,03	0,01			5,95	27,43	6,47	0,80
Итого по подменю:			26,88	15,39	97,84	643,51	0,13	0,39	1,60	62,1	259,78	318,72	45,53	2,53
Итого за день: 0,00 руб.			71,94	78,05	299,85	2209,07	1,18	1,39	119,10	219,7	889,60	1132,81	236,75	12,18

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 3-7 лет

СанПин Таблица 3	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
<i>Завтрак (20 %)</i>	11,78	17,98	18,69	17,70
<i>Второй завтрак (5 %)</i>	1,39	0,25	5,80	3,83
<i>Обед (35 %)</i>	46,59	67,82	34,69	46,42
<i>Полдник (15 %)</i>	21,04	17,43	15,04	16,57
<i>Ужин (20 %)</i>	50,43	25,68	38,20	36,28
<i>Итого за день (100 %)</i>	131,22	129,17	112,42	120,80

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,1:4,1

Директор  /Теплоухов А.П./ Зав. производством _____ //

Калькулятор  /Мельникова А.А./

Меню-раскладка на выдачу продуктов питания

Подразделение: Примерное Меню (3-7 лет)

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

День 7**ЗАВТРАК****БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)**

Выход: 20/10, N рец.: 104 СБ 2012Г, Порций: 1,00

СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(2021).

Выход: 180, N рец.: 235 СБ 2021Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0900	0,090
ВОДА	0,0612	0,061
КРУПА ПШЕННАЯ	0,0360	0,036
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1700	0,170
ВЫХОД:	0,2000	0,200

2-ОЙ ЗАВТРАК**ЯБЛОКО (150)**

Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1500	0,150
---------------	--------	-------

ОБЕД**ОГУРЧИК СВЕЖИЙ***

Выход: 60, N рец.: 120 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0600	0,060
---------------	--------	-------

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ

Выход: 250/10, N рец.: 156 сб 2012г, Порций: 1,00

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0500	0,050
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0025	0,003
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,2000	0,200
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0100	0,010
ЗЕЛЕНЬ	0,0010	0,001
ВЫХОД:	0,2500	0,250

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0300	0,030
---------------------------	--------	-------

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0125	0,013
--------------------------------	--------	-------

БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (2018),

Выход: 90, N рец.: 307 СБ 2018Г, Порций: 1,00

МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0604	0,060
МОЛОКО 2,5%	0,0167	0,017
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0167	0,017
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0084	0,008
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0012	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0024	0,002
ЯЙЦО	0,0064	0,006
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1100	0,110
МАССА ГОТОВЫХ КОТЛЕТ	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,0900	0,090

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(2021)

Выход: 150, N рец.: 377 СБ 2021Г, Порций: 1,00

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

МОЛОКО 2,5%	0,0225	0,023
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0067	0,007
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1215	0,122
---------------------------	--------	-------

СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ

Выход: 30, N рец.: 411 СБ 2021, Порций: 1,00

ВОДА	0,0132	0,013
СМЕТАНА 15%	0,0120	0,012
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0012	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0006	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
ВЫХОД БЛЮДА:	0,0300	0,030

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.

Выход: 180, N рец.: 521 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0360	0,036
ВОДА	0,1548	0,155
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040
--------------------	--------	-------

ХЛЕБ РЖАНОЙ

Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020
-----------------------------	--------	-------

ПОЛДНИК**МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ..**

Выход: 220, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,2200	0,220
ВЫХОД:	0,2200	0,220

ПРЯНИКИ (35).

Выход: 35, N рец.: 603 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ПРЯНИКИ КГ	0,0350	0,035
------------	--------	-------

УЖИН**БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (1-Й ВАР.2021)*,**

Выход: 20/10/20, N рец.: 72 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0200	0,020
ПОВИДЛО	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0100	0,010
ВЫХОД:	0,0500	0,050

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ.

Выход: 150, N рец.: 327 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,1130	0,113
КРУПА МАННАЯ	0,0110	0,011
ЯЙЦО	0,0130	0,013
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ИЗЮМ БЕЛЫЙ	0,0150	0,015
ВАНИЛИН	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НА СМАЗКУ	0,0040	0,004
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1670	0,167
МАССА ГОТОВОГО ПУДИНГА	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ..

Выход: 30, N рец.: 440 СБ 2013г., Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,0225	0,023
ВОДА	0,0075	0,008

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0012	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0012	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ВАНИЛИН	0,0001	
ВЫХОД:	0,0300	0,030

ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"

Выход: 200, N рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0006	0,001
КОНЦЕНТРАТ НАПИТКА "ВИТОШКА"	0,0100	0,010
ВОДА	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040

День 8

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (1-Й ВАР)

Выход: 20/5, N рец.: 107 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, (СБ 2021)

Выход: 200, N рец.: 268 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ЯЙЦО	0,1334	0,133
МОЛОКО 2,5%	0,0834	0,083
МАССА ОМЛЕТНОЙ СМЕСИ	0,2168	0,217
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0034	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАССА ГОТОВОГО ОМЛЕТА	0,2000	0,200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,2050	0,205

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)

Выход: 200, N рец.: 514 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1200	0,120
ВЫХОД:	0,2000	0,200

БАТОН

Выход: 30, N рец.: 125 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
БАТОН.	0,0300	0,030

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ГРУШЕВЫЙ

Выход: 200, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ГРУШЕВЫЙ.	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ОБЕД

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(2021),.

Выход: 70, N рец.: 2 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0350	0,035
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0147	0,015
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0035	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0035	0,004
ВЫХОД:	0,0700	0,070

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0161	0,016
--------------------------------	--------	-------

УХА РЫБАЦКАЯ (2021)

Выход: 200, N рец.: 120 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МИНТАЙ С/М Б/Г	0,0240	0,024
МАССА ОТВАРНОГО МИНТАЯ	0,0200	0,020
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: БУЛЬОН РЫБНЫЙ		
ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ	0,0525	0,053
ВОДА	0,1820	0,182
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,0011	0,001
ЯЙЦО	0,0042	0,004
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0035	0,004
ВЫХОД:	0,1400	0,140

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0690	0,069
---------------------------	--------	-------

БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*

Выход: 70, N рец.: 422 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЦЫПЛЯТА БР	0,0520	0,052
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0130	0,013
МОЛОКО 2,5%	0,0180	0,018
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0021	0,002
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
МАССА ГОТОВЫХ БИТОЧКОВ	0,0700	0,070
ВЫХОД:	0,0700	0,070

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ,

Выход: 130, N рец.: 263 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КРУПА ГРЕЧА ЯДРИЦА	0,0325	0,033
ВОДА	0,0975	0,098
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0065	0,007
МАССА КАШИ	0,1248	0,125
ВЫХОД:	0,1300	0,130

КИСЕЛЬ ИЗ СВ ЯБЛОК.(2018)

Выход: 180, N рец.: 476 СБ 2018 г., Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,0268	0,027
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0135	0,014
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	0,0090	0,009
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0002	
ВОДА	0,1780	0,178
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Выход: 20, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0200	0,020

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040

ПОЛДНИК

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.*

Выход: 210, N рец.: 531 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЙОГУРТ 2,5%	0,2100	0,210

БАРАНКИ (40)

Выход: 1ШТ, N рец.: 274 СБ 2004, Порций: 1,00		
БАРАНКИ ПРОСТЫЕ	0,0400	0,040
ВЫХОД:	0,0400	0,040

УЖИН

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(СБ 2021),.

Выход: 70, N рец.: 14 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0665	0,067
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0042	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0700	0,070

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ*(С-2021)

Выход: 200, N рец.: 334 СБ 2021г., Порций: 1,00		
МАССА ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ	0,1600	0,160
МАССА ОТВАРНОГО ПРОТЕРТОГО	0,1550	0,155
СВИНИНА	0,1130	0,113
МАССА ОТВАРНОГО МЯСА	0,0680	0,068
ЯЙЦО	0,0043	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0040	0,004
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0030	0,003

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0008	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2360	0,236
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,1650	0,165

СОУС СМЕТАННЫЙ(2021).		
Выход: 30, N рец.: 408 СБ 2021г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,0165	0,017
СМЕТАНА 15%	0,0150	0,015
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0008	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0008	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
ВЫХОД:	0,0300	0,030

ЧАЙ С МОЛОКОМ,(2018)		
Выход: 180, N рец.: 460 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
МОЛОКО 2,5%	0,0450	0,045
ВОДА	0,0900	0,090
ВЫХОД:	0,1800	0,180
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0009	0,001
ВОДА	0,0486	0,049
ВЫХОД:	0,0450	0,045

ХЛЕБ РЖАНОЙ		
Выход: 20, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0200	0,020

День 9

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (2-Й ВАРИАНТ),,		
Выход: 20/10, N рец.: 105 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СЫР ТВЕРДЫЙ	0,0100	0,010
БАТОН.	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0300	0,030

КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ 2021),		
Выход: 180, N рец.: 223 СБ 2021г., Порций: 1,00		
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	0,0450	0,045
МОЛОКО 2,5%	0,0864	0,086
ВОДА	0,0576	0,058
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)		
Выход: 200, N рец.: 508 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КАКАО-ПОРОШОК	0,0030	0,003
МОЛОКО 2,5%	0,1000	0,100
ВОДА	0,1100	0,110
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,2000	0,200

2-ОЙ ЗАВТРАК

ЯБЛОКО (150)		
Выход: ШТ, N рец.: 126 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	0,1500	0,150

ОБЕД

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(СБ 2021).		
Выход: 70, N рец.: 1 СБ 2021г, Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,0553	0,055
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0042	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0035	0,004
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0001	
ВОДА	0,0035	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0001	
ВЫХОД:	0,0700	0,070
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0063	0,006

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
СВЕКОЛЬНИК (СБ 2021).		
Выход: 200/5, N рец.: 98 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
БУЛЬОН ИЛИ ВОДА	0,1600	0,160
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0090	0,009
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0020	0,002
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,0003	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0010	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0020	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0011	0,001
СМЕТАНА 15%	0,0050	0,005
ВЫХОД БЛЮДА:	0,2050	0,205
Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0340	0,034
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0070	0,007
Вх. рецепт: СВЕКЛА СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
СВЕКЛА СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0512	0,051

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ(2021)		
Выход: 70, N рец.: 348 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
ГОВЯДИНА ЛОПАТКА	0,0530	0,053
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0084	0,008
ВОДА	0,0100	0,010
ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0091	0,009
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0800	0,080
ВЫХОД:	0,0700	0,070

МАКАРОН.ИЗД.ОТВ.С ОВОЩАМИ/ЗЕЛ.ГОРОШ.(2021)		
Выход: 130, N рец.: 258 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	0,0364	0,036
МАССА ОТВАРНЫХ МАКАРОННЫХ	0,1040	0,104
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0110	0,011
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0052	0,005
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0065	0,007
ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	0,0058	0,006
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0020	0,002
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0039	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0006	0,001
ЗЕЛЕНЬ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,1300	0,130
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0073	0,007

СОУС ТОМАТНЫЙ..		
Выход: 50, N рец.: 465 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ВОДА ИЛИ ОТВАР ОВОЩНОЙ	0,0250	0,025
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0025	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0025	0,003
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0030	0,003
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0009	0,001
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0005	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ,(2018)		
Выход: 180, N рец.: 495 СБ 2018Г, Порций: 1,00		
СУХОФРУКТЫ	0,0180	0,018
МАССА СУХОФРУКТОВ ОТВАРНЫХ	0,0216	0,022
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0090	0,009
ВОДА	0,1824	0,182
ВЫХОД:	0,1800	0,180

ХЛЕБ РЖАНОЙ.		
Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040

ПОЛДНИК

КЕФИР,		
Выход: 200, N рец.: 530 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

МАННИК (СБ 2021)		
Выход: 50, N рец.: 550 СБ 2021г, Порций: 1,00		
КЕФИР 2,5%	0,0185	0,019
КРУПА МАННАЯ	0,0130	0,013
ЯЙЦО	0,0100	0,010
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0065	0,007
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0015	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
СОДА ПИЩЕВАЯ	0,0007	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

УЖИН

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СБ 2021)..		
Выход: 60, N рец.: 21 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0036	0,004
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0538	0,054

ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ(СБ 2021)*		
Выход: 50/30, N рец.: 359 СБ 2021г, Порций: 1,00		
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ	0,0832	0,083
МАССА ПЕЧЕНИ ОБЖАРЕНОЙ	0,0560	0,056
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0003	
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1000	0,100
ВЫХОД:С СОУСОМ	0,0800	0,080
Вх. рецепт: СОУС СМЕТАННЫЙ		
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0010	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0010	0,001
ВОДА	0,0220	0,022
СМЕТАНА 15%	0,0200	0,020
ВЫХОД:	0,0400	0,040

РИС С ОВОЩАМИ (2021).		
Выход: 130, N рец.: 241 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
РИС ДЛИННОЗЕРНЫЙ	0,0402	0,040
МАССА ПРИПУЩЕННОГО РИСА	0,1123	0,112
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0208	0,021
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0104	0,010
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0118	0,012
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	0,0118	0,012
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	0,0118	0,012
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0009	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,1540	0,154
ВЫХОД:	0,1300	0,130
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0136	0,014

ЧАЙ С ЛИМОНОМ		
Выход: 200/7, N рец.: 506 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ВОДА	0,1500	0,150
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ЛИМОНЫ	0,0070	0,007
ВЫХОД:	0,2070	0,207
Вх. рецепт: ЧАЙ-ЗАВАРКА		
ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0010	0,001
ВОДА	0,0540	0,054
ВЫХОД:	0,0500	0,050

ХЛЕБ РЖАНОЙ.		
Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040

День 10

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ Н/Б (2-Й ВАР.)		
Выход: 20/5, N рец.: 108 СБ 2012Г, Порций: 1,00		

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
------------------------------	-------------------	-------

БАТОН.	0,0200	0,020
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	0,0050	0,005
ВЫХОД:	0,0250	0,025

КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(СБ 2021),		
Выход: 180, N рец.: 236 СБ 2021Г, Порций: 1,00		
МОЛОКО 2,5%	0,0936	0,094
ВОДА	0,0648	0,065
РИС КРУГЛЫЙ	0,0277	0,028
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0045	0,005
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0002	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0045	0,005
ВЫХОД:	0,1800	0,180

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)		
Выход: 200, N рец.: 515 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0,0020	0,002
МОЛОКО 2,5%	0,0500	0,050
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,1700	0,170
ВЫХОД:	0,2000	0,200

2-ОЙ ЗАВТРАК

СОК ЯБЛОЧНЫЙ,..		
Выход: 150, N рец.: 532 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ.	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

ОБЕД

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		
Выход: 60, N рец.: 18 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	0,0288	0,029
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	0,0210	0,021
ЛУК ЗЕЛЕНый	0,0072	0,007
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0030	0,003
ВЫХОД:	0,0600	0,060

БИГУС*(С-2021)		
Выход: 200, N рец.: 329 СБ 2021г., Порций: 1,00		
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	0,1670	0,167
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ КАПУСТЫ	0,1500	0,150
СВИНИНА	0,0910	0,091
МАССА ОБЖАРЕННОГО МЯСА	0,0750	0,075
МАССА ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	0,0140	0,014
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0100	0,010
МАССА ПАССЕРОВАННОГО ЛУКА	0,0050	0,005
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,0036	0,004
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0040	0,004
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
МАССА ПАССЕРОВАННЫХ ОВОЩЕЙ	0,1770	0,177
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,2520	0,252
ВЫХОД:	0,2000	0,200
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0160	0,016

СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ		
Выход: 200, N рец.: 168 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ (САРДИНА)	0,0320	0,032
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,0064	0,006
РИС КРУГЛЫЙ	0,0040	0,004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0030	0,003
ЗЕЛЕНЬ	0,0014	0,001
ВОДА ИЛИ БУЛЬОН РЫБНЫЙ	0,1600	0,160
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,2000	0,200

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ СВЕЖИЙ ОЧИЩЕННЫЙ		
КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 40%	0,0560	0,056
Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ		
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0128	0,013

КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		
Выход: 200, N рец.: 526 СБ 2012Г, Порций: 1,00		
ИЗЮМ	0,0200	0,020

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
МАССА ПЛОДОВ ОТВАРНЫХ	0,0320	0,032
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0150	0,015
ВОДА	0,2020	0,202
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.

Выход: 40, N рец.: 122 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ БЕЛАЯ БУХАНКА	0,0400	0,040
--------------------	--------	-------

ХЛЕБ РЖАНОЙ.

Выход: 40, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0400	0,040
-----------------------------	--------	-------

ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

Выход: 200, N рец.: 529 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МОЛОКО 2,5%	0,2000	0,200
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ

Выход: 50, N рец.: 567 СБ 2012Г, Порций: 1,00

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВС	0,0300	0,030
МУКА НА ПОДПЫЛ	0,0008	0,001
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0013	0,001
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0014	0,001
ЯЙЦО	0,0029	0,003
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0004	
ДРОЖЖИ (ПРЕССОВАННЫЕ)	0,0009	0,001
МОЛОКО 2,5%	0,0112	0,011
МАССА ТЕСТА	0,0442	0,044
МОЛОКО 2,5%	0,0110	0,011
ЯЙЦО	0,0029	0,003
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0027	0,003
СМЕТАНА 15%	0,0005	0,001
МАССА ПОЛУФАБРИКАТА	0,0604	0,060
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ ДЛЯ	0,0001	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	0,0007	0,001
ВЫХОД:	0,0500	0,050

Вх. рецепт: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ОЧИЩЕННЫЙ

КАРТОФЕЛЬ 01.03-31.08 41,86	0,0342	0,034
-----------------------------	--------	-------

УЖИН

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ Н/Б (2-Й ВАР.2021).

Выход: 20/20, N рец.: 73 СБ 2021Г, Порций: 1,00

БАТОН.	0,0228	0,023
ПОВИДЛО	0,0172	0,017
ВЫХОД:	0,0400	0,040

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ,

Выход: 150, N рец.: 252 СБ 2016Г, Порций: 1,00

ТВОРОГ	0,0810	0,081
КРУПА МАННАЯ	0,0090	0,009
САХАРНЫЙ ПЕСОК	0,0210	0,021
ЯЙЦО	0,0060	0,006
МОЛОКО 2,5%	0,0270	0,027
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,0010	0,001
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,0060	0,006
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	0,0060	0,006
СМЕТАНА 15%	0,0060	0,006
МАССА ГОТОВОЙ ЗАПЕКАНКИ	0,1500	0,150
ВЫХОД:	0,1500	0,150

Вх. рецепт: МОРКОВЬ СВЕЖАЯ ОЧИЩЕННАЯ

МОРКОВЬ СВЕЖАЯ 01.01-31.08 25%	0,0270	0,027
--------------------------------	--------	-------

МОЛОКО СГУЩЕНОЕ.

Выход: 20, N рец.: 493 СБ 2012 Г, Порций: 1,00

МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5%	0,0200	0,020
-----------------------	--------	-------

ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"

Выход: 200, N рец.: 630 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ЧАЙ ВЫСШЕГО И 1-ГО СОРТА	0,0006	0,001
КОНЦЕНТРАТ НАПИТКА "ВИТОШКА"	0,0100	0,010
ВОДА	0,2000	0,200

Наименование, состав изделия	Н на 1 пор. Нетто	Нетто
ВЫХОД:	0,2000	0,200

ХЛЕБ РЖАНОЙ.,

Выход: 45, N рец.: 123 СБ 2012Г, Порций: 1,00

ХЛЕБ ОБЕДЕННЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	0,0450	0,045
-----------------------------	--------	-------