|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 1*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Бутерброд с маслом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *1,60* | *7,41* | *9,97* | *113,10* |
| *Каша гречневая молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа гречневая | кг. | 20,00 | 19,80 | 2,52 | 0,66 | 11,42 | 61,60 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 2,99 | 11,97 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 120,00 | 120,00 | 3,48 | 3,00 | 5,76 | 64,80 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *146,00* | *145,80* | *6,02* | *5,84* | *20,21* | *158,20* |
| *Кофейный напиток с молоком сгущенным* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Напиток кофейный | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,05 | 0,04 | 0,21 | 1,40 |
|  |  | Молоко сгущенное | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *33,00* | *33,00* | *2,21* | *2,59* | *16,86* | *99,80* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***209,00*** | ***208,80*** | ***9,83*** | ***15,84*** | ***47,05*** | ***371,10*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Молоко кипяченное* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 102,00 | 102,00 | 4,55 | 3,93 | 7,54 | 84,78 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *102,00* | *102,00* | *4,55* | *3,93* | *7,54* | *84,78* |
| *Печенье* | *Выход блюда: 10* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Печенье разное | кг. | 10,00 | 10,00 | 3,00 | 4,72 | 29,96 | 166,84 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *10,00* | *10,00* | *3,00* | *4,72* | *29,96* | *166,84* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***197,00*** | ***197,00*** | ***7,55*** | ***8,65*** | ***37,50*** | ***251,62*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Суп картофельный с фрикадельками* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,04 |
|  | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Картофель | кг. | 72,50 | 43,50 | 1,45 | 0,29 | 11,82 | 55,83 |
|  |  | Морковь | кг. | 6,80 | 5,44 | 0,09 | 0,01 | 0,47 | 2,38 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 8,18 | 6,87 | 0,11 | 0,02 | 0,67 | 3,36 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 1,36 | 1,36 | 0,05 | 0,00 | 0,16 | 0,90 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 1,36 | 1,36 | 0,00 | 1,36 | 0,00 | 12,23 |
|  |  | Мясо Говядина - мякоть | кг. | 16,37 | 15,72 | 3,05 | 2,62 | 0,00 | 35,69 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *106,61* | *74,28* | *4,75* | *4,30* | *13,12* | *110,42* |
| *Рагу из овощей* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Картофель | кг. | 64,00 | 38,40 | 1,28 | 0,26 | 10,43 | 49,28 |
|  |  | Морковь | кг. | 33,38 | 26,70 | 0,43 | 0,03 | 2,30 | 11,68 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 26,12 | 21,94 | 0,37 | 0,05 | 2,14 | 10,71 |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 50,00 | 40,00 | 0,90 | 0,05 | 2,35 | 14,00 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 17,98 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,02 | 1,45 | 0,03 | 13,22 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 2,03 | 2,03 | 0,22 | 0,03 | 1,42 | 6,76 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 0,45 | 0,45 | 0,00 | 0,00 | 0,45 | 1,80 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *179,97* | *133,51* | *3,22* | *3,87* | *19,12* | *125,43* |
| *Салат из свеклы* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Свекла | кг. | 50,00 | 38,00 | 0,90 | 0,06 | 5,28 | 25,20 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 1,50 | 1,50 | 0,00 | 0,00 | 1,50 | 5,99 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *53,00* | *40,00* | *0,90* | *3,06* | *5,28* | *52,17* |
| *Компот из сухофруктов* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Смесь из сухофруктов | кг. | 15,00 | 15,00 | 0,00 | 0,00 | 0,99 | 4,01 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *25,00* | *25,00* | *0,00* | *0,00* | *10,97* | *43,91* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***424,57*** | ***333,79*** | ***12,13*** | ***11,66*** | ***72,21*** | ***544,43*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Суфле из рыбы* | *Выход блюда: 60* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,30 | 0,26 | 3,81 | 3,45 | 0,21 | 47,10 |
|  |  | Рыба с/м минтай | кг. | 90,00 | 61,20 | 14,94 | 1,98 | 0,00 | 77,40 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,38 | 3,38 | 0,03 | 2,45 | 0,04 | 22,31 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 2,63 | 2,63 | 0,28 | 0,04 | 1,84 | 8,77 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 17,98 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 13,50 | 13,50 | 0,39 | 0,34 | 0,65 | 7,29 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *111,80* | *82,96* | *19,45* | *10,25* | *2,74* | *180,85* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *90,40* | *90,40* | *2,32* | *2,00* | *13,82* | *83,10* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***212,70*** | ***205,78*** | ***18,33*** | ***10,64*** | ***30,50*** | ***263,95*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***1 043,27*** | ***945,36*** | ***47,84*** | ***46,77*** | ***187,24*** | ***1 431,10*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 2*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Вареники ленивые со сгущенным молоком* | *Выход блюда: 130* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,15 | 0,13 | 1,91 | 1,73 | 0,11 | 23,55 |
|  |  | Творог | кг. | 83,70 | 80,60 | 17,58 | 3,35 | 2,51 | 113,83 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 11,50 | 11,50 | 1,24 | 0,15 | 8,04 | 38,41 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 2,99 | 11,97 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Молоко сгущенное | кг. | 15,00 | 15,00 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *101,35* | *98,23* | *20,75* | *7,40* | *13,69* | *207,59* |
| *Бутерброд с повидлом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Повидло | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,08 | 0,00 | 13,13 | 50,50 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 25,00 | 25,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *55,20* | *55,20* | *2,40* | *3,87* | *27,96* | *154,05* |
| *Чай с лимоном* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
|  |  | Лимон | кг. | 8,00 | 4,80 | 0,07 | 0,01 | 0,24 | 2,72 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *17,40* | *14,20* | *0,07* | *0,01* | *9,22* | *38,63* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***173,95*** | ***167,63*** | ***23,22*** | ***11,27*** | ***50,87*** | ***400,27*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Сок яблочный* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сок яблочный | л. | 95,00 | 95,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 46,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *95,00* | *95,00* | *0,50* | *0,10* | *10,10* | *46,00* |
| *Пряники* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Пряники | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 142,32 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *1,92* | *1,12* | *31,08* | *142,32* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***140,00*** | ***140,00*** | ***2,42*** | ***1,22*** | ***41,18*** | ***188,32*** |
|  | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Борщ с капустой и картофелем со сметаной* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Свекла | кг. | 30,30 | 24,24 | 0,46 | 0,03 | 2,67 | 12,73 |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 15,15 | 12,12 | 0,27 | 0,02 | 0,71 | 4,24 |
|  |  | Картофель | кг. | 16,18 | 9,71 | 0,32 | 0,07 | 2,64 | 12,46 |
|  |  | Морковь | кг. | 9,58 | 7,66 | 0,12 | 0,01 | 0,66 | 3,35 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 7,27 | 6,11 | 0,10 | 0,01 | 0,60 | 2,98 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 4,55 | 4,55 | 0,16 | 0,00 | 0,54 | 3,00 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,03 | 3,03 | 0,00 | 3,03 | 0,00 | 27,24 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *95,14* | *76,50* | *1,68* | *4,52* | *8,14* | *80,73* |
| *Плов из отварной птицы* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Курица 1 кат. | кг. | 98,00 | 86,24 | 17,84 | 18,03 | 0,00 | 233,24 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
|  |  | Морковь | кг. | 16,00 | 12,80 | 0,21 | 0,02 | 1,10 | 5,60 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 8,00 | 6,72 | 0,11 | 0,02 | 0,66 | 3,28 |
|  |  | Крупа рисовая | кг. | 35,00 | 34,65 | 2,45 | 0,35 | 25,90 | 116,55 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *163,00* | *146,41* | *20,65* | *22,76* | *27,74* | *398,33* |
| *Салат из моркови* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Морковь | кг. | 50,00 | 38,00 | 0,78 | 0,06 | 4,14 | 21,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 1,50 | 2,50 | 0,00 | 0,00 | 2,50 | 9,98 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 0,50 | 0,50 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 8,99 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *63,50* | *51,50* | *0,78* | *1,06* | *6,64* | *39,97* |
| *Компот из яблок* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яблоки | кг. | 34,00 | 30,60 | 0,14 | 0,14 | 3,33 | 15,98 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *44,00* | *40,60* | *0,14* | *0,14* | *13,31* | *55,88* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***415,64*** | ***365,01*** | ***26,51*** | ***28,92*** | ***79,54*** | ***687,40*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Омлет натуральный* | *Выход блюда: 85* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 1,50 | 1,31 | 0,19 | 0,17 | 0,01 | 2,36 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,07 | 6,53 | 0,12 | 59,49 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 23,00 | 23,00 | 0,67 | 0,58 | 1,10 | 12,42 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *33,50* | *33,31* | *0,93* | *7,27* | *1,23* | *74,27* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,40* | *9,40* | *0,00* | *0,00* | *8,98* | *35,91* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***42,90*** | ***42,71*** | ***0,93*** | ***7,27*** | ***10,21*** | ***110,18*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***772,49*** | ***715,35*** | ***53,08*** | ***48,69*** | ***181,80*** | ***1 386,17*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 3*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Каша манная молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа манная | кг. | 22,00 | 21,78 | 2,27 | 0,22 | 15,53 | 73,26 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 3,99 | 15,96 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 56,00 | 56,00 | 1,62 | 1,40 | 2,69 | 30,24 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *246,00* | *197,48* | *5,52* | *3,96* | *29,34* | *174,71* |
| *Бутерброд с сыром* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сыр "Российский" | кг. | 10,00 | 9,70 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,00 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *35,00* | *34,70* | *3,88* | *6,74* | *9,91* | *116,05* |
| *Какао с молоком* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Какао-порошок | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,73 | 0,45 | 0,31 | 8,67 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 140,00 | 140,00 | 4,06 | 3,50 | 6,72 | 75,60 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *152,00* | *152,00* | *4,79* | *3,95* | *16,01* | *120,18* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***433,00*** | ***384,18*** | ***14,19*** | ***14,64*** | ***55,25*** | ***410,94*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Печенье* | *Выход блюда: 10* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Печенье разное | кг. | 10,00 | 10,00 | 3,00 | 4,72 | 29,96 | 166,84 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *10,00* | *10,00* | *3,00* | *4,72* | *29,96* | *166,84* |
| *Снежок* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Снежок | л. | 95,00 | 95,00 | 5,37 | 4,63 | 7,77 | 93,73 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *95,00* | *95,00* | *5,37* | *4,63* | *7,77* | *93,73* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***225,00*** | ***219,45*** | ***8,37*** | ***9,35*** | ***37,73*** | ***260,57*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Суп картофельный с горохом* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Картофель | кг. | 53,00 | 31,80 | 1,06 | 0,21 | 8,64 | 40,81 |
|  |  | Горох сухой | кг. | 16,20 | 16,12 | 3,73 | 0,26 | 7,79 | 48,44 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,60 | 8,06 | 0,13 | 0,02 | 0,79 | 3,94 |
|  |  | Морковь | кг. | 12,80 | 10,24 | 0,17 | 0,01 | 0,88 | 4,48 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 2,99 | 0,00 | 26,93 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *94,60* | *69,22* | *5,09* | *3,50* | *18,10* | *124,60* |
| *Макароны отварные с маслом* | *Выход блюда: 100* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Макароны | кг. | 35,00 | 35,00 | 3,85 | 0,46 | 24,68 | 118,30 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *38,00* | *38,00* | *3,87* | *2,63* | *24,71* | *138,13* |
| *Птица, тушенная в соусе с овощами* | *Выход блюда: 60* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Курица 1 кат. | кг. | 118,00 | 103,84 | 21,48 | 21,71 | 0,00 | 280,84 |
|  |  | Морковь | кг. | 50,00 | 40,00 | 0,65 | 0,05 | 3,45 | 17,50 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 28,00 | 23,52 | 0,39 | 0,06 | 2,30 | 11,48 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,26 | 1,50 | 0,36 | 16,20 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,32 | 0,04 | 2,10 | 10,02 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,14 | 0,00 | 0,47 | 2,64 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *361,00* | *273,66* | *26,32* | *23,93* | *31,82* | *448,94* |
| *Салат из капусты* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 49,30 | 39,44 | 0,89 | 0,05 | 2,32 | 13,80 |
|  |  | Морковь | кг. | 6,25 | 5,00 | 0,08 | 0,01 | 0,43 | 2,19 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,50 | 2,50 | 0,00 | 2,50 | 0,00 | 22,48 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *56,80* | *46,14* | *0,96* | *2,56* | *2,73* | *38,33* |
| *Напиток лимонный* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сахар песок | кг. | 15,00 | 15,00 | 0,00 | 0,00 | 14,97 | 59,85 |
|  |  | Лимон | кг. | 23,00 | 13,80 | 0,21 | 0,02 | 0,69 | 7,82 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *38,00* | *28,80* | *0,21* | *0,02* | *15,66* | *67,67* |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***638,40*** | ***505,82*** | ***39,70*** | ***33,08*** | ***116,74*** | ***530,17*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком* | *Выход блюда: 80* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,16 | 0,14 | 2,54 | 2,30 | 0,14 | 31,40 |
|  |  | Творог | кг. | 44.08 | 42.45 | 11,57 | 2,20 | 1,65 | 74,94 |
|  |  | Крупа манная | кг. | 6,00 | 5,94 | 0,62 | 0,06 | 4,24 | 19,98 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 6.4 | 6.4 | 0,00 | 0,00 | 7,98 | 31,92 |
|  |  | Морковь | кг. | 24,00 | 19,20 | 0,31 | 0,02 | 1,66 | 8,40 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2.4 | 2.4 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3.2 | 3.2 | 0,10 | 0,60 | 0,14 | 6,48 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 14.4 | 14.4 | 0,52 | 0,45 | 0,86 | 9,72 |
|  |  | Молоко сгущенное | кг. | 15,00 | 15,00 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *122,30* | *115,38* | *16,01* | *8,64* | *16,68* | *209,81* |
| *Чай с молоком* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 80,00 | 80,00 | 2,32 | 2,00 | 3,84 | 43,20 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *90,40* | *90,40* | *2,32* | *2,00* | *13,82* | *83,10* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***161,46*** | ***159,20*** | ***16,00*** | ***6,55*** | ***21,24*** | ***292,91*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***1 457,86*** | ***1 268,64*** | ***78,26*** | ***63,61*** | ***230,96*** | ***1 494,59*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 4*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Каша рисовая молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа рисовая | кг. | 39,00 | 38,61 | 2,73 | 0,39 | 28,86 | 129,87 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 0,00 | 4,99 | 19,95 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 100,00 | 100,00 | 2,90 | 2,50 | 4,80 | 54,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *172,50* | *171,60* | *6,39* | *5,22* | *55,52* | *291,00* |
| *Бутерброд с маслом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *1,60* | *7,41* | *9,97* | *113,10* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,40* | *9,40* | *0,00* | *0,00* | *8,98* | *35,91* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***211,90*** | ***211,00*** | ***7,99*** | ***12,63*** | ***74,47*** | ***440,01*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Яблоки свежие* | *Выход блюда: 90* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яблоки | кг. | 100,00 | 90,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *100,00* | *90,00* | *0,40* | *0,40* | *9,80* | *47,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***100,00*** | ***90,00*** | ***0,40*** | ***0,40*** | ***9,80*** | ***47,00*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Суп картофельный с макаронными изделиями* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Картофель | кг. | 80,00 | 48,00 | 1,60 | 0,32 | 13,04 | 61,60 |
|  |  | Макароны | кг. | 8,00 | 8,00 | 0,88 | 0,10 | 5,64 | 27,04 |
|  |  | Морковь | кг. | 10,00 | 8,00 | 0,13 | 0,01 | 0,69 | 3,50 |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,60 | 8,06 | 0,13 | 0,02 | 0,79 | 3,94 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 17,98 |
|  |  | Мясо Говядина - мякоть | кг. | 16,37 | 15,72 | 3,05 | 2,62 | 0,00 | 35,69 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *109,60* | *74,06* | *2,74* | *2,45* | *20,16* | *114,06* |
| *Каша рассыпчатая перловая (гарнир)* | *Выход блюда: 130* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа перловая | кг. | 33,30 | 32,97 | 3,10 | 0,37 | 22,28 | 104,90 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *36,30* | *35,97* | *3,12* | *2,54* | *22,32* | *124,73* |
| *Биточки рыбные* | *Выход блюда: 80* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,04 | 0,04 | 0,51 | 0,46 | 0,03 | 6,28 |
|  |  | Рыба с/м Минтай | кг. | 120,00 | 93,60 | 19,20 | 0,72 | 0,00 | 82,80 |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 7,00 | 7,00 | 0,53 | 0,06 | 3,44 | 16,45 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 8,00 | 6,72 | 0,11 | 0,02 | 0,66 | 3,28 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 10,00 | 10,00 | 0,29 | 0,25 | 0,48 | 5,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *148,04* | *120,36* | *20,67* | *3,68* | *4,65* | *134,04* |
| *Соус сметанный* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 7,50 | 7,50 | 0,20 | 1,13 | 0,27 | 12,15 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 2,25 | 2,25 | 0,24 | 0,03 | 1,57 | 7,52 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,75* | *9,75* | *0,44* | *1,15* | *1,84* | *19,67* |
| *Компот из сухофруктов* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Смесь из сухофруктов | кг. | 15,00 | 15,00 | 0,00 | 0,00 | 0,99 | 4,01 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *25,00* | *25,00* | *0,00* | *0,00* | *10,97* | *43,91* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***378,69*** | ***315,14*** | ***30,23*** | ***10,26*** | ***83,65*** | ***548,89*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Булочка сдобная «Нежная»* | *Выход блюда: 50* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,74 | 0,64 | 0,09 | 0,09 | 0,01 | 1,16 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 37,00 | 37,00 | 4,00 | 0,48 | 25,86 | 123,58 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 5,75 | 5,75 | 0,00 | 0,00 | 5,74 | 22,94 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 4,27 | 4,27 | 0,03 | 3,10 | 0,06 | 28,23 |
|  |  | Дрожжи | кг. | 0,70 | 0,70 | 0,09 | 0,02 | 0,06 | 0,76 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *48,49* | *48,39* | *4,21* | *3,68* | *31,72* | *376,67* |
| *Чай с молоком* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 80,00 | 80,00 | 2,32 | 2,00 | 3,84 | 43,20 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *90,40* | *90,40* | *2,32* | *2,00* | *13,82* | *83,10* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***138,89*** | ***138,79*** | ***6,53*** | ***5,68*** | ***45,54*** | ***359,77*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***829,48*** | ***754,93*** | ***45,16*** | ***28,97*** | ***213,47*** | ***1 395,67*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 5*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Каша пшеничная молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа пшеничная | кг. | 64,00 | 63,36 | 7,04 | 0,77 | 43,84 | 210,56 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 3,99 | 15,96 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *71,00* | *70,36* | *7,06* | *2,94* | *47,87* | *246,35* |
| *Бутерброд с повидлом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Повидло | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,08 | 0,00 | 13,13 | 50,50 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 25,00 | 25,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *55,20* | *55,20* | *2,40* | *3,87* | *27,96* | *154,05* |
| *Кофейный напиток с молоком* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Напиток кофейный | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,03 | 0,03 | 0,14 | 0,93 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 140,00 | 140,00 | 4,06 | 3,50 | 6,72 | 75,60 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *151,00* | *151,00* | *4,09* | *3,53* | *15,84* | *112,44* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***277,20*** | ***276,56*** | ***13,56*** | ***10,34*** | ***91,67*** | ***512,84*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Пряники* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Пряники | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 142,32 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *1,92* | *1,12* | *31,08* | *142,32* |
| *Сок яблочный* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сок яблочный | л. | 95,00 | 95,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 46,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *95,00* | *95,00* | *0,50* | *0,10* | *10,10* | *46,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***140,00*** | ***140,00*** | ***2,42*** | ***1,22*** | ***41,18*** | ***188,32*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Суп картофельный с клецками* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,08 | 0,07 | 1,02 | 0,92 | 0,06 | 12,56 |
|  |  | Картофель | кг. | 36,50 | 21,90 | 0,73 | 0,15 | 5,95 | 28,11 |
|  |  | Морковь | кг. | 10,00 | 8,00 | 0,13 | 0,01 | 0,69 | 3,50 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,60 | 8,06 | 0,13 | 0,02 | 0,79 | 3,94 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 15,00 | 15,00 | 1,62 | 0,20 | 10,49 | 50,10 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,02 | 1,45 | 0,03 | 13,22 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 13,00 | 13,00 | 0,38 | 0,33 | 0,62 | 7,02 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *86,18* | *68,03* | *4,02* | *3,07* | *18,62* | *118,44* |
| *Котлеты из кур, запеченные с соусом молочным.* | *Выход блюда: 60* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Филе куриное | кг. | 60,00 | 53,40 | 10,92 | 11,04 | 0,00 | 142,80 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 |
|  |  | Сыр "Российский" | кг. | 3,00 | 2,91 | 0,70 | 0,89 | 0,00 | 10,80 |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,38 | 0,04 | 2,46 | 11,75 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 6,00 | 6,00 | 0,17 | 0,15 | 0,29 | 3,24 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *78,00* | *71,31* | *12,20* | *15,02* | *2,80* | *195,03* |
| *Каша рассыпчатая гречневая (гарнир)* | *Выход блюда: 130* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа гречневая | кг. | 36,50 | 36,14 | 4,60 | 1,21 | 20,84 | 112,43 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,33 | 2,33 | 0,02 | 1,69 | 0,03 | 15,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *38,83* | *38,47* | *4,62* | *2,89* | *20,87* | *127,83* |
| *Икра свекольная* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Свекла | кг. | 51,00 | 40,80 | 0,77 | 0,05 | 4,49 | 21,42 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,79 | 8,22 | 0,14 | 0,02 | 0,80 | 4,01 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,11 | 0,00 | 0,35 | 1,98 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 17,98 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | 0,60 | 2,39 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *66,39* | *54,62* | *1,01* | *2,07* | *6,24* | *47,79* |
| *Компот из сухофруктов* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Смесь из сухофруктов | кг. | 15,00 | 15,00 | 0,00 | 0,00 | 0,99 | 4,01 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *25,00* | *25,00* | *0,00* | *0,00* | *10,97* | *43,91* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***344,40*** | ***307,44*** | ***25,11*** | ***23,48*** | ***83,22*** | ***445,49*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Пирожки печенные с картофелем* | *Выход блюда: 50* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,02 | 0,02 | 0,25 | 0,23 | 0,01 | 3,14 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 38,00 | 38,00 | 4,10 | 0,49 | 26,56 | 126,92 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 7,98 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 1,80 | 1,80 | 0,01 | 1,31 | 0,02 | 11,90 |
|  |  | Дрожжи | кг. | 0,50 | 0,50 | 0,06 | 0,01 | 0,04 | 0,55 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 1,50 | 1,50 | 0,00 | 1,50 | 0,00 | 13,49 |
|  |  | Картофель | кг. | 29,65 | 17,79 | 0,59 | 0,12 | 4,83 | 22,83 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 7,32 | 6,15 | 0,10 | 0,02 | 0,60 | 3,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *80,79* | *67,76* | *5,13* | *3,68* | *34,07* | *189,80* |
| *Молоко кипяченное* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 157,00 | 157,00 | 4,55 | 3,93 | 7,54 | 84,78 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *157,00* | *157,00* | *4,55* | *3,93* | *7,54* | *84,78* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***237,79*** | ***224,76*** | ***9,68*** | ***7,60*** | ***41,61*** | ***274,58*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***999,39*** | ***948,75*** | ***50,77*** | ***42,64*** | ***257,68*** | ***1 421,23*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 6*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Каша пшенная молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Пшено | кг. | 44,00 | 43,56 | 5,06 | 1,45 | 29,26 | 150,48 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 0,00 | 4,99 | 19,95 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 70,00 | 70,00 | 2,03 | 1,75 | 3,36 | 37,80 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *167,00* | *157,56* | *7,70* | *5,42* | *40,76* | *243,81* |
| *Бутерброд с сыром* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сыр "Российский" | кг. | 10,00 | 9,70 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,00 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *35,00* | *34,70* | *3,88* | *6,74* | *9,91* | *116,05* |
| *Чай с лимоном* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
|  |  | Лимон | кг. | 8,00 | 4,80 | 0,07 | 0,01 | 0,24 | 2,72 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *17,40* | *14,20* | *0,07* | *0,01* | *9,22* | *38,63* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***219,40*** | ***206,46*** | ***11,65*** | ***12,17*** | ***59,88*** | ***398,49*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Печенье* | *Выход блюда: 10* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Печенье разное | кг. | 10,00 | 10,00 | 3,00 | 4,72 | 29,96 | 166,84 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *40,00* | *40,00* | *3,00* | *4,72* | *29,96* | *166,84* |
| *Снежок* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Снежок | л. | 95,00 | 95,00 | 5,37 | 4,63 | 7,77 | 93,73 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *185,00* | *179,45* | *5,37* | *4,63* | *7,77* | *93,73* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***225,00*** | ***219,45*** | ***8,37*** | ***9,35*** | ***37,73*** | ***260,57*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| *Суп Ленинградский со сметаной* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Картофель | кг. | 100,00 | 60,00 | 2,00 | 0,40 | 16,30 | 77,00 |
|  |  | Крупа перловая | кг. | 5,00 | 4,95 | 0,47 | 0,06 | 3,35 | 15,75 |
|  |  | Морковь | кг. | 12,50 | 10,00 | 0,16 | 0,01 | 0,86 | 4,38 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 6,00 | 5,04 | 0,08 | 0,01 | 0,49 | 2,46 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 5,00 | 0,00 | 44,95 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *145,25* | *98,39* | *2,85* | *5,49* | *21,28* | *146,71* |
| *Жаркое по-домашнему* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Мясо Говядина - мякоть | кг. | 75,45 | 72,43 | 14,03 | 12,07 | 0,00 | 164,48 |
|  |  | Картофель | кг. | 157,08 | 94,25 | 3,14 | 0,63 | 25,60 | 120,95 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 7,30 | 6,13 | 0,10 | 0,02 | 0,60 | 2,99 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,37 | 3,37 | 0,03 | 2,44 | 0,04 | 22,26 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *243,19* | *176,18* | *17,31* | *15,16* | *26,25* | *310,68* |
| *Салат из моркови* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Морковь | кг. | 50,00 | 38,00 | 0,78 | 0,06 | 4,14 | 21,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 1,50 | 2,50 | 0,00 | 0,00 | 2,50 | 9,98 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 0,50 | 0,50 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 8,99 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *63,50* | *51,50* | *0,78* | *1,06* | *6,64* | *39,97* |
| *Компот из яблок* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яблоки | кг. | 34,00 | 30,60 | 0,14 | 0,14 | 3,33 | 15,98 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *44,00* | *40,60* | *0,14* | *0,14* | *13,31* | *55,88* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***482,44*** | ***365,17*** | ***23,55*** | ***21,22*** | ***84,56*** | ***625,77*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| *Пирожки печеные с капустой.* | *Выход блюда: 50* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,08 | 0,07 | 1,02 | 0,92 | 0,06 | 12,56 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 39,00 | 39,00 | 4,21 | 0,51 | 27,26 | 130,26 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 7,98 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 1,60 | 1,60 | 0,01 | 1,16 | 0,02 | 10,58 |
|  | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Дрожжи | кг. | 0,50 | 0,50 | 0,06 | 0,01 | 0,04 | 0,55 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 40,00 | 32,00 | 0,72 | 0,04 | 1,88 | 11,20 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 7,00 | 5,88 | 0,10 | 0,01 | 0,57 | 2,87 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,11 | 0,00 | 0,35 | 1,98 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *96,18* | *87,05* | *6,23* | *5,65* | *32,19* | *204,94* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,40* | *9,40* | *0,00* | *0,00* | *8,98* | *35,91* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***105,58*** | ***96,45*** | ***6,23*** | ***5,65*** | ***41,17*** | ***240,85*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***1 032,42*** | ***887,53*** | ***49,79*** | ***48,39*** | ***223,34*** | ***1 525,68*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 7*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Каша геркулесовая молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Геркулес | кг. | 9,00 | 9,00 | 1,11 | 0,56 | 5,56 | 31,68 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 1,20 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | 1,20 | 4,79 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 1,50 | 1,50 | 0,01 | 1,09 | 0,02 | 9,92 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 105,00 | 105,00 | 3,05 | 2,63 | 5,04 | 56,70 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *116,70* | *116,70* | *4,16* | *4,27* | *11,82* | *103,08* |
| *Бутерброд с маслом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *1,60* | *7,41* | *9,97* | *113,10* |
| *Какао с молоком* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Какао-порошок | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,73 | 0,45 | 0,31 | 8,67 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 140,00 | 140,00 | 4,06 | 3,50 | 6,72 | 75,60 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *152,00* | *152,00* | *4,79* | *3,95* | *16,01* | *120,18* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***298,70*** | ***298,70*** | ***10,55*** | ***15,63*** | ***37,80*** | ***436,36*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Яблоки свежие* | *Выход блюда: 90* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яблоки | кг. | 100,00 | 90,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *100,00* | *90,00* | *0,40* | *0,40* | *9,80* | *47,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***100,00*** | ***90,00*** | ***0,40*** | ***0,40*** | ***9,80*** | ***47,00*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Щи из свежей капусты с картофелем* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 47,00 | 32,90 | 0,85 | 0,05 | 1,41 | 10,81 |
|  |  | Картофель | кг. | 20,00 | 12,00 | 0,40 | 0,08 | 3,26 | 15,40 |
|  |  | Морковь | кг. | 10,00 | 8,00 | 0,13 | 0,01 | 0,69 | 3,50 |
|  | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,60 | 8,06 | 0,13 | 0,02 | 0,79 | 3,94 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,07 | 0,00 | 0,24 | 1,32 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *91,60* | *65,96* | *1,58* | *3,15* | *6,38* | *61,94* |
| *Макароны отварные с маслом* | *Выход блюда: 100* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Макароны | кг. | 35,00 | 35,00 | 3,85 | 0,46 | 24,68 | 118,30 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *38,00* | *38,00* | *3,87* | *2,63* | *24,71* | *138,13* |
| *Кнели куриные с рисом.* | *Выход блюда: 60* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Филе куриное | кг. | 57,00 | 50,73 | 10,37 | 10,49 | 0,00 | 135,66 |
|  |  | Крупа рисовая | кг. | 5,00 | 4,95 | 0,35 | 0,05 | 3,70 | 16,65 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,02 | 1,45 | 0,03 | 13,22 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 6,00 | 6,00 | 0,17 | 0,15 | 0,29 | 3,24 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *70,00* | *63,68* | *10,91* | *12,14* | *4,01* | *168,77* |
| *Соус томатный* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,70 | 2,70 | 0,02 | 1,96 | 0,04 | 17,85 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 2,03 | 2,03 | 0,22 | 0,03 | 1,42 | 6,76 |
|  |  | Морковь | кг. | 3,38 | 2,70 | 0,04 | 0,00 | 0,23 | 1,18 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 2,12 | 1,78 | 0,03 | 0,00 | 0,17 | 0,87 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 6,75 | 6,75 | 0,24 | 0,00 | 0,80 | 4,46 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 0,45 | 0,45 | 0,00 | 0,00 | 0,45 | 1,80 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *17,42* | *16,40* | *0,56* | *1,99* | *3,10* | *32,91* |
| *Напиток лимонный* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сахар песок | кг. | 15,00 | 15,00 | 0,00 | 0,00 | 14,97 | 59,85 |
|  |  | Лимон | кг. | 23,00 | 13,80 | 0,21 | 0,02 | 0,69 | 7,82 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *38,00* | *28,80* | *0,21* | *0,02* | *15,66* | *67,67* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***305,02*** | ***262,85*** | ***20,39*** | ***20,38*** | ***77,59*** | ***581,92*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Запеканка из творога со сгущенным молоком* | *Выход блюда: 80* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,20 | 0,17 | 2,54 | 2,30 | 0,14 | 31,40 |
|  |  | Творог | кг. | 93,00 | 89,56 | 19,53 | 3,72 | 2,79 | 126,48 |
|  |  | Крупа манная | кг. | 6,00 | 5,94 | 0,62 | 0,06 | 4,24 | 19,98 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 6,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 5,99 | 23,94 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,10 | 0,60 | 0,14 | 6,48 |
|  |  | Молоко сгущенное | кг. | 15,00 | 15,00 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *116,20* | *112,67* | *23,16* | *8,86* | *13,34* | *228,11* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,40* | *9,40* | *0,00* | *0,00* | *8,98* | *35,91* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***125,60*** | ***122,07*** | ***23,16*** | ***8,86*** | ***22,32*** | ***364,02*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***829,31*** | ***773,62*** | ***54,50*** | ***45,26*** | ***147,51*** | ***1 429,30*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 8*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Каша «Дружба» молочная* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа рисовая | кг. | 39,00 | 38,61 | 2,73 | 0,39 | 28,86 | 129,87 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 0,00 | 4,99 | 19,95 |
|  |  | Пшено | кг. | 25,50 | 24,99 | 0,74 | 0,15 | 16,83 | 67,35 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 100,00 | 100,00 | 2,90 | 2,50 | 4,80 | 54,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *172,50* | *171,60* | *6,39* | *5,22* | *55,52* | *291,00* |
| *Бутерброд с повидлом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Повидло | кг. | 10,20 | 10,20 | 0,08 | 0,00 | 13,13 | 50,50 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 25,00 | 25,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *55,20* | *55,20* | *2,40* | *3,87* | *27,96* | *154,05* |
| *Кофейный напиток с молоком сгущенным* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Напиток кофейный | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,05 | 0,04 | 0,21 | 1,40 |
|  |  | Молоко сгущенное | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,40 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *33,00* | *33,00* | *2,21* | *2,59* | *16,86* | *99,80* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***260,70*** | ***259,80*** | ***11,00*** | ***11,67*** | ***100,34*** | ***544,85*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Пряники* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Пряники | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 142,32 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *1,92* | *1,12* | *31,08* | *142,32* |
| *Сок яблочный* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сок яблочный | л. | 95,00 | 95,00 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 46,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *95,00* | *95,00* | *0,50* | *0,10* | *10,10* | *46,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***140,00*** | ***140,00*** | ***2,42*** | ***1,22*** | ***41,18*** | ***188,32*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Свекольник со сметаной* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Свекла | кг. | 37,50 | 30,00 | 0,56 | 0,04 | 3,30 | 15,75 |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 37,50 | 30,00 | 0,68 | 0,04 | 1,76 | 10,50 |
|  |  | Морковь | кг. | 9,48 | 7,58 | 0,12 | 0,01 | 0,65 | 3,32 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 2,28 | 1,92 | 0,03 | 0,01 | 0,19 | 0,94 |
|  |  | Картофель | кг. | 25,20 | 15,12 | 0,50 | 0,10 | 4,11 | 19,40 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 1,98 | 1,98 | 0,07 | 0,00 | 0,23 | 1,31 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 1,05 | 1,05 | 0,11 | 0,01 | 0,73 | 3,51 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,08 | 0,45 | 0,11 | 4,86 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *120,99* | *93,65* | *2,16* | *3,65* | *11,09* | *86,55* |
| *Запеканка картофельная с мясом* | *Выход блюда: 135* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Мясо Говядина - мякоть | кг. | 60,00 | 57,60 | 11,16 | 9,60 | 0,00 | 130,80 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 10,00 | 8,40 | 0,14 | 0,02 | 0,82 | 4,10 |
|  |  | Картофель | кг. | 153,00 | 91,80 | 3,06 | 0,61 | 24,94 | 117,81 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *229,00* | *163,80* | *14,56* | *13,13* | *25,81* | *279,15* |
| *Икра морковная* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Морковь | кг. | 50,00 | 40,00 | 0,65 | 0,05 | 3,45 | 17,50 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,75 | 8,19 | 0,14 | 0,02 | 0,80 | 4,00 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,18 | 0,00 | 0,59 | 3,30 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,49 | 2,49 | 0,00 | 2,49 | 0,00 | 22,36 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | 0,60 | 2,38 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *67,84* | *56,28* | *0,97* | *2,56* | *5,44* | *49,54* |
| *Компот из сухофруктов* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Смесь из сухофруктов | кг. | 15,00 | 15,00 | 0,00 | 0,00 | 0,99 | 4,01 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *25,00* | *25,00* | *0,00* | *0,00* | *10,97* | *43,91* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***492,83*** | ***388,73*** | ***20,95*** | ***19,78*** | ***77,03*** | ***571,65*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Рыба, запеченная в омлете* | *Выход блюда: 60* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,40 | 0,35 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80 |
|  |  | Рыба с/м минтай | кг. | 90,00 | 61,20 | 14,94 | 1,98 | 0,00 | 77,40 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,02 | 1,45 | 0,03 | 13,22 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,32 | 0,04 | 2,10 | 10,02 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 8,00 | 8,00 | 0,23 | 0,20 | 0,38 | 4,32 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *103,40* | *74,55* | *20,59* | *8,27* | *2,79* | *167,76* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,40* | *9,40* | *0,00* | *0,00* | *8,98* | *35,91* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***228,30*** | ***191,21*** | ***11,54*** | ***10,93*** | ***30,75*** | ***203,67*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***1 121,83*** | ***979,73*** | ***45,91*** | ***43,61*** | ***249,29*** | ***1 508,49*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 9*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Суп молочный с макаронными изделиями* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Макароны | кг. | 13,82 | 13,82 | 1,52 | 0,18 | 9,74 | 46,71 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 7,98 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 1,87 | 1,87 | 0,02 | 1,35 | 0,02 | 12,35 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 127,00 | 127,00 | 3,68 | 3,18 | 6,10 | 68,58 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *144,69* | *144,69* | *5,22* | *4,71* | *17,86* | *135,62* |
| *Бутерброд с сыром* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Сыр "Российский" | кг. | 10,00 | 9,70 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,00 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *35,00* | *34,70* | *3,88* | *6,74* | *9,91* | *116,05* |
| *Чай с молоком* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 80,00 | 80,00 | 2,32 | 2,00 | 3,84 | 43,20 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *90,40* | *90,40* | *2,32* | *2,00* | *13,82* | *83,10* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***270,09*** | ***269,79*** | ***11,42*** | ***13,44*** | ***41,59*** | ***334,77*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Печенье* | *Выход блюда: 10* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Печенье разное | кг. | 10,00 | 10,00 | 3,00 | 4,72 | 29,96 | 166,84 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *10,00* | *10,00* | *3,00* | *4,72* | *29,96* | *166,84* |
| *Молоко кипяченное* | *Выход блюда: 95* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 102,00 | 102,00 | 4,55 | 3,93 | 7,54 | 84,78 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *102,00* | *102,00* | *4,55* | *3,93* | *7,54* | *84,78* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***197,00*** | ***197,00*** | ***7,55*** | ***8,65*** | ***37,50*** | ***251,62*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Суп лапша домашняя со сметаной* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,08 | 0,07 | 1,02 | 0,92 | 0,06 | 12,56 |
|  |  | Картофель | кг. | 36,50 | 21,90 | 0,73 | 0,15 | 5,95 | 28,11 |
|  |  | Морковь | кг. | 10,00 | 8,00 | 0,13 | 0,01 | 0,69 | 3,50 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 9,60 | 8,06 | 0,13 | 0,02 | 0,79 | 3,94 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 15,00 | 15,00 | 1,62 | 0,20 | 10,49 | 50,10 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,02 | 1,45 | 0,03 | 13,22 |
|  |  | Курица 1 кат. | кг. | 16,37 | 15,72 | 3,05 | 2,62 | 0,00 | 35,69 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,24 | 1,36 | 0,33 | 14,73 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *86,18* | *68,03* | *4,02* | *3,07* | *18,62* | *118,44* |
| *Пюре гороховое* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Горох | кг. | 50,00 | 50,00 | 3,00 | 0,60 | 24,45 | 115,50 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *169,00* | *109,00* | *3,47* | *3,88* | *25,22* | *150,04* |
| *Рыба, тушенная с овощами* | *Выход блюда: 80* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Рыба Минтай филе | кг. | 65,50 | 51,09 | 10,48 | 0,39 | 0,00 | 45,20 |
|  |  | Морковь | кг. | 28,00 | 22,40 | 0,36 | 0,03 | 1,93 | 9,80 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,07 | 0,00 | 0,24 | 1,32 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 11,00 | 9,24 | 0,15 | 0,02 | 0,90 | 4,51 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,00 | 4,00 | 0,00 | 35,96 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *110,50* | *88,73* | *11,07* | *4,44* | *3,07* | *96,79* |
| *Салат из белокочанной капусты* | *Выход блюда: 40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 49,30 | 39,44 | 0,89 | 0,05 | 2,32 | 13,80 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 5,00 | 4,20 | 0,07 | 0,01 | 0,41 | 2,05 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 2,50 | 2,50 | 0,00 | 2,50 | 0,00 | 22,48 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *56,80* | *46,14* | *0,96* | *2,56* | *2,73* | *38,33* |
| *Чай с сахаром* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *9,40* | *9,40* | *0,00* | *0,00* | *8,98* | *35,91* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***481,88*** | ***371,30*** | ***22,78*** | ***14,38*** | ***82,34*** | ***552,01*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Оладьи с повидлом* | *Выход блюда: 80* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,09 | 0,07 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 0,13 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 67,84 | 67,84 | 7,33 | 0,88 | 47,42 | 226,59 |
|  |  | Дрожжи | кг. | 2,00 | 2,00 | 0,25 | 0,05 | 0,17 | 2,18 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 2,40 | 2,40 | 0,00 | 0,00 | 2,40 | 9,58 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 6,00 | 6,00 | 0,00 | 5,99 | 0,00 | 53,94 |
|  |  | Повидло | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,04 | 0,00 | 6,50 | 25,00 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 67,84 | 67,84 | 1,97 | 1,70 | 3,26 | 36,63 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *156,17* | *156,15* | *9,60* | *8,64* | *59,74* | *354,05* |
| *Какао с молоком сгущенным* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Какао-порошок | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,73 | 0,45 | 0,31 | 8,67 |
|  |  | Молоко сгущенное | кг. | 29,00 | 29,00 | 2,09 | 2,47 | 16,10 | 95,12 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *32,00* | *32,00* | *2,82* | *2,92* | *16,40* | *103,79* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***188,17*** | ***188,15*** | ***12,42*** | ***11,55*** | ***76,14*** | ***457,84*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***1 137,13*** | ***1 026,25*** | ***54,16*** | ***48,02*** | ***237,56*** | ***1 596,24*** |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ДЕНЬ 10*** | | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| *Плов сладкий с изюмом* | *Выход блюда: 130* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Крупа рисовая | кг. | 39,00 | 38,61 | 2,73 | 0,39 | 28,86 | 129,87 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 5,00 | 5,00 | 0,00 | 0,00 | 4,99 | 19,95 |
|  |  | Изюм | кг. | 25,50 | 24,99 | 0,74 | 0,15 | 16,83 | 67,35 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,02 | 2,18 | 0,04 | 19,83 |
|  |  | Молоко пастеризованное 2,5% | л. | 100,00 | 100,00 | 2,90 | 2,50 | 4,80 | 54,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *172,50* | *171,60* | *6,39* | *5,22* | *55,52* | *291,00* |
| *Бутерброд с маслом* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 |
|  |  | Батон «Столовый» | кг. | 20,00 | 20,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *1,60* | *7,41* | *9,97* | *113,10* |
| *Чай с лимоном* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Чай заварка | кг. | 0,40 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 9,00 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 35,91 |
|  |  | Лимон | кг. | 8,00 | 4,80 | 0,07 | 0,01 | 0,24 | 2,72 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *17,40* | *14,20* | *0,07* | *0,01* | *9,22* | *38,63* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***219,90*** | ***215,80*** | ***8,07*** | ***12,64*** | ***74,71*** | ***442,73*** |
| **Завтрак 2й** | | | | | | | | | |
| *Яблоки свежие* | *Выход блюда: 90* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яблоки | кг. | 100,00 | 90,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *100,00* | *90,00* | *0,40* | *0,40* | *9,80* | *47,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***100,00*** | ***90,00*** | ***0,40*** | ***0,40*** | ***9,80*** | ***47,00*** |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| *Суп крестьянский с крупой и сметаной* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Картофель | кг. | 90,00 | 54,00 | 1,80 | 0,36 | 14,67 | 69,30 |
|  |  | Морковь | кг. | 7,50 | 6,00 | 0,10 | 0,01 | 0,52 | 2,63 |
|  |  | Пшено | кг. | 3,00 | 3,00 | 1,45 | 4,46 | 8,97 | 81,78 |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 7,20 | 6,05 | 0,10 | 0,01 | 0,59 | 2,95 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 1,50 | 1,50 | 0,00 | 1,50 | 0,00 | 13,49 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,24 | 1,36 | 0,33 | 14,73 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *106,20* | *67,55* | *2,00* | *1,88* | *15,78* | *88,36* |
| *Голубцы ленивые* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,13 | 0,11 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 0,20 |
|  |  | Капуста свежая белокочанная | кг. | 121,00 | 96,80 | 2,18 | 0,12 | 5,69 | 33,88 |
|  |  | Мясо Говядина - мякоть | кг. | 62,50 | 60,00 | 11,63 | 10,00 | 0,00 | 136,25 |
|  |  | Крупа рисовая | кг. | 8,00 | 7,92 | 0,56 | 0,08 | 5,92 | 26,64 |
|  |  | Лук репчатый | кг. | 16,00 | 13,44 | 0,22 | 0,03 | 1,31 | 6,56 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 4,00 | 4,00 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 |
|  |  | Сметана 15% | кг. | 7,50 | 7,50 | 0,20 | 1,13 | 0,27 | 12,15 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 2,25 | 2,25 | 0,24 | 0,03 | 1,57 | 7,52 |
|  |  | Томатное пюре | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,11 | 0,00 | 0,35 | 1,98 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *224,38* | *195,02* | *15,18* | *14,30* | *15,17* | *251,61* |
| *Салат из свеклы* | *Выход блюда:*  *40* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Свекла | кг. | 50,00 | 38,00 | 0,90 | 0,06 | 5,28 | 25,20 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 3,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 26,97 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *53,00* | *40,00* | *0,90* | *3,06* | *5,28* | *52,17* |
| *Компот из яблок* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яблоки | кг. | 34,00 | 30,60 | 0,14 | 0,14 | 3,33 | 15,98 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 10,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *44,00* | *40,60* | *0,14* | *0,14* | *13,31* | *55,88* |
| *Хлеб пшеничный* | *Выход блюда: 30* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб пшеничный | кг. | 30,00 | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *30,00* | *30,00* | *2,28* | *0,24* | *14,76* | *70,50* |
| *Хлеб ржаной* | *Выход блюда: 20* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Хлеб ржаной | кг. | 20,00 | 20,00 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 42,00 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *20,00* | *20,00* | *0,98* | *0,20* | *8,96* | *42,00* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***424,58*** | ***353,17*** | ***20,58*** | ***16,76*** | ***67,98*** | ***608,35*** |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| *Булочка «Домашняя»* | *Выход блюда: 50* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Яйца куриные | шт. | 0,03 | 0,03 | 0,38 | 0,35 | 0,02 | 4,71 |
|  |  | Мука пшеничная | кг. | 40,00 | 40,00 | 4,32 | 0,52 | 27,96 | 133,60 |
|  |  | Сахар песок | кг. | 2,20 | 2,20 | 0,00 | 0,00 | 2,20 | 8,78 |
|  |  | Масло сливочное (пачка) | кг. | 1,00 | 1,00 | 0,01 | 0,73 | 0,01 | 6,61 |
|  |  | Дрожжи | кг. | 0,60 | 0,60 | 0,08 | 0,02 | 0,05 | 0,65 |
|  |  | Масло растительное | кг. | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 8,99 |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *44,83* | *44,83* | *4,79* | *2,61* | *30,24* | *163,34* |
| *Снежок* | *Выход блюда: 150* | *Наименование продукта* | *Ед. изм.* | Брутто | Нетто | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|  |  | Снежок | л. | 150,00 | 149,45 | 5,37 | 4,63 | 7,77 | 93,73 |
| **ИТОГО ПО БЛЮДУ:** | | | | *185,00* | *179,45* | *5,37* | *4,63* | *7,77* | *93,73* |
| **ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:** | | | | ***229,83*** | ***224,28*** | ***10,15*** | ***7,23*** | ***38,01*** | ***257,07*** |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | ***974,31*** | ***883,24*** | ***39,19*** | ***37,02*** | ***190,50*** | ***1 355,15*** |
|  | | | | | | | | | |