

Утверждаю:

директор МБУ ДО РЦДЮТТ  
Петровского муниципального округа  
Ставропольского края

Е.В. Зотова

М.П.



15-ти дневное меню  
для организации горячего питания в школе для детей с 12 и старше  
в период летних каникул 2024 года

Петровский муниципальный округ

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
<b>1 НЕДЕЛЯ</b>																				
<b>ДЕНЬ ПЕРВЫЙ</b>																				
<b>ЗАВТРАК</b>																				
174	каша вязкая молочная рисовая	200/10	крупа рисовая	44	44	76.40р.	3.36р.	17.36р.	6.35	9.82	35.11	239.4	0.06	1.3	0.08	0.28	128	167.4	21.3	0.49
			молоко	100	100	69.00р.	6.90р.													
			вода	65	65		- р.													
			сахар	6	6	97.25р.	0.58р.													
			масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	550.00р.	8.80р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2
382	какао с молоком	200	какао-порошок	4	4	434.00р.	1.74р.	10.58р.	2.9	2.5	24.8	134	0	1	0	0	121	90	14	1
			молоко	100	100	69.00р.	6.90р.													
			вода	110	110															
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.	50.00р.	3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5
<b>итого за прием пищи</b>		<b>385</b>						<b>95.67р.</b>	<b>19.31</b>	<b>30.48</b>	<b>119.81</b>	<b>810.7</b>	<b>0.23</b>	<b>2.3</b>	<b>40.18</b>	<b>1.44</b>	<b>403.4</b>	<b>413.4</b>	<b>59.6</b>	<b>3.81</b>
<b>О Б Е Д</b>																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	100.00р.	10.51р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	свекла	50	40	52.00р.	2.60р.	11.35р.	1.8	5	12.2	105.7	0	22.1	0.2	2.3	54.5	51.7	27.3	1.3
			капуста свежая	25	20	70.00р.	1.75р.													
			картофель	26.6	20	51.00р.	1.36р.													
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.													
			лук репчатый	15.2	12.5	29.00р.	0.44р.													
			томатное пюре	7.5	7.5	153.97р.	1.15р.													
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.													
			сахар	2.5	2.5	97.25р.	0.24р.													
			вода	200	200		- р.													
			сметана	10	10	245.00р.	2.45р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
268	котлета	100	говядина	100	74	600.00р.	60.00р.	69.05р.	16.1	16.8	14.78	274.7	0	0	0	0.5	4.88	112.2	27.2	2.88
			хлеб пшеничный	18	18	44.85р.	0.81р.													
			молоко или вода	24	24		- р.													
			сахари	10	10	78.39р.	0.78р.													
			масло растительное	6	6	156.00р.	0.94р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
			масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.													
330	соус сметанный	30	сметана	7.5	7.5	245.00р.	1.84р.	1.92р.	0.32	1.13	1.32	16.68	0	0.01	0	0	6.15	0	1.19	0.05
			мука пшеничная	2.25	2.25	34.50р.	0.08р.													
			вода	22.5	22.5		- р.													
125	картофель отварной	180	картофель	248.4	185.4	51.00р.	12.67р.	18.21р.	3.7	8.39	25.01	200.36	0	25.8	0	0	32.8	0	37.4	1.6
			масло сливочное	8.5	8.5	650.00р.	5.53р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.													
			вода	200	200															
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
<b>итого за прием пищи</b>		<b>1010</b>						<b>127.59р.</b>	<b>25.53</b>	<b>31.98</b>	<b>97.57</b>	<b>796.54</b>	<b>0.13</b>	<b>57.91</b>	<b>0.2</b>	<b>3.96</b>	<b>140.73</b>	<b>249.4</b>	<b>121.39</b>	<b>8.43</b>
<b>ежево за день</b>								<b>223.26р.</b>	<b>44.84</b>	<b>62.46</b>	<b>217.38</b>	<b>1607.24</b>	<b>0.36</b>	<b>60.21</b>	<b>40.38</b>	<b>5.4</b>	<b>544.13</b>	<b>662.8</b>	<b>180.99</b>	<b>12.24</b>

**ДЕНЬ ВТОРОЙ**

№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)					
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
																					Цена за 1 кг	Стоимость единицы
<b>ЗАВТРАК</b>																						
223	запеканка из творога со сгущенным молоком	200/60	творог	188	184	350.00р.	65.80р.	92.53р.	27.8	23	29.2	448.1	0.1	0.9	0.1	0	124	194.3	39.8	1.4		
			крупа манная	12	12	47.00р.	0.56р.															
			сахар	16	16	97.25р.	1.56р.															
			яйца	8	8	8.65р.	0.07р.															
			масло сливочное	8	8	650.00р.	5.20р.															
			сухари	8	8	78.38р.	0.63р.															
			сметана	8	8	245.00р.	1.96р.															
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.															
молоко сгущенное	60	60	280.00р.	16.80р.																		
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4		
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2		
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02		
376	чай с сахаром	200/15	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	1.77р.	0.2	0	13.4	52	0	0.06	0	0	2.98	4.5	2.4	0.5		
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.															
			вода	150	150																	
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.	50.00р.	3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5		
<b>итого за прием пищи</b>				<b>570</b>				<b>151.52р.</b>	<b>34.36</b>	<b>36.66</b>	<b>89.1</b>	<b>831.9</b>	<b>0.27</b>	<b>0.9</b>	<b>40.1</b>	<b>1.06</b>	<b>146.4</b>	<b>273.3</b>	<b>58.6</b>	<b>3.52</b>		
<b>О Б Е Д</b>																						
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	100.00р.	10.51р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1		
97	суп картофельный	250	картофель	150	112.5	51.00р.	7.65р.	8.97р.	2.2	2.4	16.3	81	0.13	12	0.4	0.18	22.1	72.6	29.5	1.2		
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.															
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.															
			масло растительное	2.5	2.5	156.00р.	0.39р.															
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.															
	бульон или вода	175	175																			
229	рыба, тушенная в томате с овощами	100	мякоть потрошеный без головы	90	73.7	200.00р.	18.00р.	23.29р.	11.2	5.05	50.4	105	0.09	2.64	0	0	37.04	0	0	0.78		
			вода	18.7	18.7																	
			морковь	23	18	45.00р.	1.04р.															
			лук репчатый	10	8.7	29.00р.	0.29р.															
			томатное пюре	10	10	153.97р.	1.54р.															
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.															
			раствор лимонной кислоты	2.5	2.5	570.00р.	1.43р.															
			сахар	2	2	97.25р.	0.19р.															
			лавровый лист	0.01	0.01	567.00р.	0.01р.															
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.															
312	пюре картофельное	180	картофель	210.6	158.4	51.00р.	10.74р.	18.57р.	3.8	7.2	25.6	183.1	0.24	31.2	0	0.24	2.4	102.6	39.1	1.56		
			молоко	28.8	28.8	68.00р.	1.96р.															
			масло сливочное	9	9	650.00р.	5.85р.															
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.															
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0		
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.															
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.															
			вода	200	200																	
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4		
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2		
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	16	11.1	9	2.2			
<b>итого за прием пищи</b>				<b>980</b>				<b>127.88р.</b>	<b>21.21</b>	<b>15.71</b>	<b>146.43</b>	<b>612.5</b>	<b>0.62</b>	<b>63.84</b>	<b>0.4</b>	<b>1.38</b>	<b>119.94</b>	<b>271.8</b>	<b>703.9</b>	<b>8.34</b>		
<b>ежего за день</b>								<b>279.40р.</b>	<b>55.57</b>	<b>52.37</b>	<b>235.53</b>	<b>1444.4</b>	<b>0.89</b>	<b>66.74</b>	<b>40.3</b>	<b>2.64</b>	<b>266.34</b>	<b>547.1</b>	<b>164.5</b>	<b>11.86</b>		

**ДЕНЬ ТРЕТИЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры		углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>																				
173	каша вязкая молочная пшеничная	200/10	крупа пшеничная	50	50	60.40р.	3.02р.	16.92р.	8.9	7.06	45.16	269.2	0.18	1.76	0	0	161.7	0	0	2.83
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.													
			вода	60	60	-	- р.													
			сахар	6	6	97.25р.	0.58р.													
			масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.													
соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.																
	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4		
	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2		
	сыр Российский	15	15	550.00р.	8.80р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2		
14	масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02		
379	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5	452.00р.	2.26р.	11.0р.	3.3	2.4	26.7	142.2	0	1.3	0	0	60.3	59.6	21.2	0.5
			вода	120	120	-	- р.													
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.													
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2
<b>итого за прием пищи</b>		<b>385</b>						<b>95.65р.</b>	<b>18.96</b>	<b>22.12</b>	<b>104.23</b>	<b>684.5</b>	<b>0.34</b>	<b>13.06</b>	<b>40.1</b>	<b>1.76</b>	<b>382.4</b>	<b>192.2</b>	<b>48</b>	<b>7.35</b>
<b>О Б Е Д</b>																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	100.00р.	10.51р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1
102	суп картофельный с бобовыми	250	картофель	66.6	50	51.00р.	3.40р.	8.31р.	5.6	5.4	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	4	48.8	83.7	35.5	2.1
			фасоль	20.2	20	151.67р.	3.06р.													
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.													
			морковь	15.7	12.5	45.00р.	0.71р.													
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.													
			вода	175	175	-	- р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
294	котлета из курицы	100	филе кур из грудной части	85.6	80	370.00р.	31.67р.	39.35р.	15.8	19.7	12.7	289.2	0	1.63	0.13	2.7	10.2	18.6	30.1	2.13
			хлеб пшеничный	11.3	11.3	44.85р.	0.51р.													
			молоко или вода	14.2	14.2	-	- р.													
			яйца куриные	1.40	5.6	8.65р.	6.00р.													
			масло сливочное	1.44	1.44	650.00р.	0.94р.													
			масло растительное для пропитки	1.4	1.4	156.00р.	0.22р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
202/203	макаронные изделия отварные с маслом	180	макаронные изделия	60	60	42.50р.	2.54р.	8.08р.	6.6	5.7	37.5	229.2	0.12	0	0	0.9	13.2	43.2	8.4	0.96
			масло сливочное	8.5	8.5	650.00р.	5.53р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
389	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	200	200	20.00р.	20.00р.	20.00р.	1	0.2	19.6	83.4	0	4	0	0	14	14	8	2.8
			хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.													
			хлеб ржаной	30	30	51.10р.	1.53р.													
<b>итого за прием пищи</b>		<b>880</b>						<b>98.74р.</b>	<b>32.61</b>	<b>31.66</b>	<b>112.76</b>	<b>864.1</b>	<b>0.45</b>	<b>25.13</b>	<b>0.38</b>	<b>8.76</b>	<b>119.2</b>	<b>243</b>	<b>108.3</b>	<b>10.59</b>
<b>евого за день</b>								<b>193.80р.</b>	<b>31.57</b>	<b>53.78</b>	<b>216.39</b>	<b>1548.6</b>	<b>0.79</b>	<b>38.19</b>	<b>40.48</b>	<b>9.92</b>	<b>501.6</b>	<b>437.2</b>	<b>156.3</b>	<b>17.94</b>

**ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>																				
	горошек зеленый консервированный	100	горошек зеленый консервированный	100	100	138.92р.	13.89р.	13.89р.	2.5	3.6	15	69.6	0.08	9.1	0	2	17.8	49.9	17.3	0.5
210	омлет натуральный	200	яйца	4	152.2	34.60р.	16.04р.	32.70р.	20.5	34	3.3	342.8	0.17	0.4	0.36	0	127.3	330.2	26.6	3.6
			молоко или вода	51.3	51.3		- р.													
			масло сливочное	6.8	6.8	650.00р.	4.42р.													
			соль йодированная	1.42	1.42	15.75р.	0.02р.													
			масло сливочное	18.8	18.8	650.00р.	12.22р.													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	2.89р.	0.4	0	11.7	49.6	0	3.3	0	0	27.2	15.5	11.7	1.5
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.													
			лимон свежий	8	7	140.00р.	1.12р.													
			вода	150	150		- р.													
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.	50.00р.	3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5
	<b>итого за прием пищи</b>	<b>617</b>						<b>108.42р.</b>	<b>29.96</b>	<b>51.26</b>	<b>89.9</b>	<b>844.8</b>	<b>0.42</b>	<b>12.8</b>	<b>40.36</b>	<b>3.06</b>	<b>194.7</b>	<b>476.6</b>	<b>74.4</b>	<b>7.72</b>
<b>О Б Е Д</b>																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	100.00р.	10.51р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1
88	щи из свежей капусты с картофелем	250	капуста свежая	62.5	50	70.00р.	4.38р.	8.60р.	1.8	5	6.9	80.5	0	33.3	0.2	2.2	51.5	36.1	19.2	0.9
			картофель	40	30	51.00р.	2.04р.													
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.													
			лук репчатый	15.1	15.1	29.00р.	0.44р.													
			томатное пюре	2.5	2.5	153.97р.	0.38р.													
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.													
			вода	200	200		- р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
260	гуляш из говядины	100	говядина	214	158	600.00р.	128.40р.	133.27р.	13.7	23.6	42.1	366.6	0.1	1.2	0.22	1	310	450	43	0.022
			лук репчатый	24	20	29.00р.	0.70р.													
			масло растительное	10	10	156.00р.	1.56р.													
			томатное пюре	16	16	153.97р.	2.46р.													
			мука пшеничная	4	4	34.50р.	0.14р.													
			соль йодированная	1.1	1.1	15.75р.	0.02р.													
331	соус сметанный с томатом	30	сметана	7.5	7.5	245.00р.	1.84р.	1.92р.	0.5	1.5	2.1	24	0	0.41	0	0	8.7	0	2.94	0.12
			мука пшеничная	2.25	2.25	34.50р.	0.08р.													
			вода	22.5	22.5		- р.													
			томатное пюре	3	3	153.97р.	0.46р.													
			соль йодированная	0.24	0.24	15.75р.	0.00р.													
171	каша гречневая рассыпчатая	180	крупа гречневая	85.2	85.2	138.00р.	11.76р.	19.58р.	6.4	5.5	45.2	247.2	0	0	0	0.74	13.2	93.6	31.2	0.72
			масло сливочное	12	12	650.00р.	7.80р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
699	напиток лимонный	200	лимоны	16	16	140.00р.	2.24р.	4.57р.	0.3	0	31.4	127.2	0.006	0.4	0.2	0	25.2	39.6	19.4	0.6
			сахар	24	24	97.25р.	2.33р.													
			вода	214	214		- р.													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
	<b>итого за прием пищи</b>	<b>1010</b>						<b>190.34р.</b>	<b>26.31</b>	<b>36.26</b>	<b>152.56</b>	<b>967.2</b>	<b>0.236</b>	<b>45.31</b>	<b>0.62</b>	<b>5.1</b>	<b>441.6</b>	<b>704.8</b>	<b>142.04</b>	<b>4.962</b>
	<b>всего за день</b>							<b>298.76р.</b>	<b>36.27</b>	<b>67.52</b>	<b>242.46</b>	<b>1612</b>	<b>0.656</b>	<b>58.11</b>	<b>40.98</b>	<b>8.16</b>	<b>636.3</b>	<b>1181.4</b>	<b>216.44</b>	<b>12.682</b>

**ДЕНЬ ПЯТЫЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры		углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>																				
181	каша жидкая молочная из манной крупы	200	крупа манная	31	31	47.00р.	1.46р.	21.75р.	9.74	9.82	33.54	239.4	0.25	1.3	0.08	0.76	140.6	136.4	17.1	0.5
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.													
			вода	75	75		→ р.													
			сахар	6.00	6	97.25р.	6.00р.													
			масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.													
			сахар	10	10	97.25р.	0.97р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	550.00р.	8.80р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02
382	какао с молоком	200	какао-порошок	4	4	434.00р.	1.74р.	10.48р.	2.9	2.5	24.8	134	0	1	0	0	121	90	14	1
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.													
			вода	110	110															
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.	50.00р.	3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5
<b>итого за прием пищи</b>		<b>575</b>						<b>99.96р.</b>	<b>22.7</b>	<b>30.48</b>	<b>118.24</b>	<b>810.7</b>	<b>0.42</b>	<b>2.3</b>	<b>40.18</b>	<b>1.92</b>	<b>416</b>	<b>362.4</b>	<b>55.4</b>	<b>3.82</b>

<b>ОБЕД</b>																																	
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1													
102	суп картофельный с бобовыми	250	картофель	66.6	50	51.00р.	3.40р.	6.28р.	5.6	5.4	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	4	48.8	83.7	35.5	2.1													
			горох	20.2	20	51.33р.	1.04р.																										
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.																										
			морковь	15.7	12.5	45.00р.	0.71р.																										
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.																										
			вода	175	175		0.00р.																										
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.																										
227	рыба припущенная	100	минтай потрошенный без головы	110	90	200.00р.	22.00р.	26.19р.	19.2	18	4.25	254.3	0.13	0.63	0	4.5	58.8	297.8	67.5	1													
			лук репчатый	3.75	2.5	29.00р.	0.11р.																										
			масло сливочное	6.25	6.25	650.00р.	4.06р.																										
			соль йодирования	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.																										
			картофель	210.6	158.4	51.00р.	10.74р.																										
312	пюре картофельное	180	молоко	28.8	28.8	68.00р.	1.96р.	18.57р.	3.8	7.2	25.6	183.1	0.24	31.2	0	0.24	2.4	102.6	39.1	1.56													
			масло сливочное	9	9	650.00р.	5.85р.																										
			соль йодирования	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.																										
			сухофрукты	12	12	130.00р.	1.56р.																										
			сахар	24	24	97.25р.	2.33р.																										
354	кисель из сухофруктов	200	крахмал картофельный	8	8	116.00р.	0.93р.	4.94р.	0.11	0.12	25.1	119.2	0	1.83	0	0	11.46	0	3.64	0.57													
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.																										
			вода	216	216																												
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.														0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.														1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
<b>итого за прием пищи</b>		<b>880</b>						<b>78.38р.</b>	<b>32.32</b>	<b>31.38</b>	<b>97.31</b>	<b>818.90</b>	<b>0.70</b>	<b>53.16</b>	<b>0.25</b>	<b>9.90</b>	<b>154.46</b>	<b>569.60</b>	<b>172.04</b>	<b>7.83</b>													
<b>всего за день</b>								<b>178.33р.</b>	<b>55.02</b>	<b>61.86</b>	<b>215.55</b>	<b>1629.6</b>	<b>1.12</b>	<b>55.46</b>	<b>40.43</b>	<b>11.82</b>	<b>570.46</b>	<b>952</b>	<b>227.44</b>	<b>11.65</b>													

**2 НЕДЕЛЯ**

**ДЕНЬ ШЕСТОЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>																				
204	макароны отварные с сыром	200	макаронные изделия	70	70	42.30р.	2.96р.	33.95р.	5	8.2	23.3	188.8	0.13	0	0	0	11.3	46.1	8.5	0.8
			масло сливочное	8	8	800.00р.	6.40р.													
			сыр Российский	35.1	32	700.00р.	24.57р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
377	чай с лимоном	200г	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	2.89р.	0.4	0	11.7	49.6	0	3.3	0	0	27.2	15.5	11.7	1.5
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.													
			лимон свежий	8	7	140.00р.	1.12р.													
			вода	150	150															
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2
	<b>итого за прием пищи</b>	<b>567</b>						<b>93.77р.</b>	<b>8.66</b>	<b>16.36</b>	<b>67.37</b>	<b>457</b>	<b>0.29</b>	<b>13.3</b>	<b>40</b>	<b>1.06</b>	<b>66.9</b>	<b>119.2</b>	<b>41.5</b>	<b>6.12</b>
<b>ОБЕД</b>																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.63	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	свекла	50	40	52.00р.	2.60р.	11.35р.	1.8	5	12.2	105.7	0	22.1	0.2	2.3	54.5	51.7	27.3	1.3
			капуста свежая	25	20	70.00р.	1.75р.													
			картофель	26.6	20	51.00р.	1.36р.													
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.													
			лук репчатый	15.2	12.5	29.00р.	0.44р.													
			томатное пюре	7.5	7.5	153.97р.	1.15р.													
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.													
			сахар	2.5	2.5	97.25р.	0.24р.													
			вода	200	200		- р.													
			сметана	10	10	245.00р.	2.45р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
291	плов из птицы	250	бройлер-цыпленок	161.2	113.2	250.00р.	40.30р.	48.97р.	20.8	18	37.9	407.3	0.05	3.23	0	0	10.3	0	0	2.05
			масло растительное	11.6	11.6	156.00р.	1.81р.													
			лук репчатый	13.2	11.6	29.00р.	0.38р.													
			морковь	16.6	13.2	45.00р.	0.75р.													
			томатное пюре	8.2	8.2	153.97р.	1.26р.													
			крупа рисовая	58.2	58.2	76.40р.	4.45р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.													
			вода	200	200															
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
	<b>итого за прием пищи</b>	<b>850</b>						<b>87.36р.</b>	<b>26.21</b>	<b>23.66</b>	<b>94.36</b>	<b>712.1</b>	<b>0.18</b>	<b>35.33</b>	<b>0.2</b>	<b>3.46</b>	<b>107.2</b>	<b>137.2</b>	<b>55.6</b>	<b>5.95</b>
	<b>итого за день</b>							<b>183.13р.</b>	<b>34.67</b>	<b>40.02</b>	<b>161.73</b>	<b>1169.1</b>	<b>0.47</b>	<b>48.63</b>	<b>40.2</b>	<b>4.32</b>	<b>174.1</b>	<b>236.4</b>	<b>97.1</b>	<b>12.07</b>

**ДЕНЬ СЕДЬМОЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)																				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры		углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe																
																					Цена за 1 кг	Стоимость единицы	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>																																				
173	каша вязкая молочная из гречневой крупы	200/10	крупка гречневая	50	50	138.00р.	6.90р.	20.80р.	7.39	7.19	31.2	211.5	0.85	2.51	0.05	1.18	238.5	18.7	49.6	2.27																
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.																													
			вода	60	60	- р.	-																													
			сахар	6	6	97.25р.	0.58р.																													
			масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.																													
соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.																																
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4																
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2																
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	650.00р.	6.50р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02																
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	550.00р.	8.80р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2																
379	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5	452.00р.	2.28р.	11.01р.	3.3	2.4	26.7	142.2	0	1.3	0	0	60.3	59.6	21.2	0.5																
			вода	120	120	-	-																													
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.																													
			молоко	100	100	88.00р.	8.80р.																													
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2																
<b>итого за прием пищи</b>		<b>585</b>						<b>99.53р.</b>	<b>17.45</b>	<b>22.25</b>	<b>90.27</b>	<b>626.8</b>	<b>1.01</b>	<b>13.81</b>	<b>40.15</b>	<b>2.34</b>	<b>459.2</b>	<b>210.9</b>	<b>97.6</b>	<b>6.79</b>																
<b>О Б Е Д</b>																																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1																
108/109	суп картофельный с клецками	250	картофель	66.7	50	51.00р.	3.40р.	4.71р.	3.56	4.59	18.79	134.25	0.105	3.3	0.02	1.6	33.4	72.2	19.45	1																
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.																													
			лук репчатый	12.3	10	29.00р.	0.36р.																													
			масло растительное	2.5	2.5	156.00р.	0.39р.																													
			вода	187.5	187.5	- р.	-																													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.																													
			клецки		15																															
			мука пшеничная	4.6	4.6	34.50р.	0.16р.																													
			масло сливочное	0.5	0.5	650.00р.	0.33р.																													
			яйца	1.3	1.3	8.65р.	0.01р.																													
			вода или молоко	7.2	7.2	- р.	-																													
			соль йодированная	0.1	0.1	15.75р.	0.00р.																													
			278	тефтели	100	говядина	86.6														63.2	600.00р.	51.96р.	55.52р.	13.2	16.5	11.8	248.2	0	2	0	0.6	7.63	81.3	18.2	2.1
хлеб пшеничный	13.2	13.2				44.85р.	0.59р.																													
молоко или вода	20	20				- р.	-																													
лук репчатый	40	33.2				29.00р.	1.16р.																													
масло растительное	5	5				156.00р.	0.78р.																													
мука пшеничная	6.6	6.6				34.50р.	0.23р.																													
масло растительное	5	5				156.00р.	0.78р.																													
соль йодированная	1.2	1.2				15.75р.	0.02р.																													
321	капуста тушеная	180	капуста свежая	255.6	205.2	70.00р.	17.89р.	24.88р.	3.72	5.84	16.9	135.2	0	30.89	0	0	99.8	0	37.18	1.46																
			белокочанная																																	
			раствор лимонной кислоты	5.4	5.4	570.00р.	3.08р.																													
			масло растительное	7.2	7.2	156.00р.	1.12р.																													
			томатное пюре	10.8	10.8	153.97р.	1.66р.																													
			морковь	5.4	4.4	45.00р.	0.24р.																													
			лук репчатый	9	7.2	29.00р.	0.26р.																													
			лавровый лист	0.02	0.02	567.00р.	0.01р.																													
			мука пшеничная	1.8	1.8	34.50р.	0.06р.																													
			сахар	5.4	5.4	97.25р.	0.53р.																													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.																													
			349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20														25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
						сахар	20														20	97.25р.	1.95р.													
кислота лимонная	0.2	0.2				570.00р.	0.11р.																													
вода	200	200				-	-																													
хлеб пшеничный	20	20				44.85р.	0.90р.																													
хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.																																
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.	50.00р.	3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	10	34.5	6.5	0.5																	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>930</b>						<b>162.17р.</b>	<b>27.79</b>	<b>33.49</b>	<b>129.15</b>	<b>925.25</b>	<b>0.275</b>	<b>46.19</b>	<b>0.02</b>	<b>3.36</b>	<b>193.23</b>	<b>273.5</b>	<b>109.63</b>	<b>7.66</b>																
<b>всего за день</b>								<b>267.70р.</b>	<b>45.24</b>	<b>55.74</b>	<b>219.42</b>	<b>1552.05</b>	<b>1.285</b>	<b>60</b>	<b>40.17</b>	<b>5.7</b>	<b>652.43</b>	<b>484.4</b>	<b>207.23</b>	<b>14.45</b>																

**ДЕНЬ ВОСЬМОЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость единицы	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>																				
173	каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	200/10	хлопья овсяные "Геркулес"	44	44	52.50р.	2.31р.	17.71р.	8.9	7.06	45.16	269.2	0.18	1.76	0	0	161.7	0	0	2.83
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.													
			вода	60	60	- р.	-													
			сахар	6	6	97.25р.	0.58р.													
			масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	700.00р.	11.20р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	2.89р.	0.4	0	11.7	49.6	0	3.3	0	0	27.2	15.5	11.7	1.5
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.													
			лимон свежий	8	7	140.00р.	1.12р.													
			вода	150	150	- р.	-													
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2
<b>итого за прием пищи</b>		<b>592</b>						<b>88.33р.</b>	<b>16.06</b>	<b>19.72</b>	<b>89.23</b>	<b>591.9</b>	<b>0.34</b>	<b>15.06</b>	<b>40.1</b>	<b>1.16</b>	<b>349.3</b>	<b>148.1</b>	<b>38.5</b>	<b>8.35</b>

<b>ОБЕД</b>																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	100.00р.	10.51р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1
88	щи из свежей капусты с картофелем	250	капуста свежая	62.5	50	70.00р.	4.38р.	8.60р.	1.8	5	6.9	80.5	0	33.3	0.2	2.2	51.5	36.1	19.2	0.9
			картофель	40	30	51.00р.	2.04р.													
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.													
			лук репчатый	15.1	15.1	29.00р.	0.44р.													
			томатное пюре	2.5	2.5	153.97р.	0.38р.													
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.													
			вода	200	200	- р.	-													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
289	рагу из птицы	250	мясо птицы	192	136	250.00р.	48.00р.	61.14р.	24.8	26.2	2	331.2	0.29	24.6	3.13	4	90.37	580.7	112.8	8
			масло растительное	4	4	156.00р.	0.62р.													
			картофель	160.5	120	51.00р.	8.19р.													
			морковь	31.5	25.5	45.00р.	1.42р.													
			томатное пюре	9	9	153.97р.	1.39р.													
			лук репчатый	18	15	29.00р.	0.52р.													
			масло растительное	6	6	156.00р.	0.94р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
			мука пшеничная	1.5	1.5	34.50р.	0.05р.													
			сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.													
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.													
			вода	200	200	- р.	-													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
<b>итого за прием пищи</b>		<b>850</b>						<b>96.80р.</b>	<b>30.21</b>	<b>31.86</b>	<b>53.16</b>	<b>610.8</b>	<b>0.42</b>	<b>67.9</b>	<b>3.33</b>	<b>7.36</b>	<b>184.27</b>	<b>702.3</b>	<b>160.3</b>	<b>11.5</b>
<b>всею за день</b>								<b>185.13р.</b>	<b>46.27</b>	<b>51.58</b>	<b>142.39</b>	<b>1202.7</b>	<b>0.76</b>	<b>82.96</b>	<b>43.43</b>	<b>8.52</b>	<b>533.57</b>	<b>850.4</b>	<b>198.8</b>	<b>19.85</b>

**ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры		углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>																				
204	макаронные отварные с сыром	200	макаронные изделия	70	70	42.30р.	2.96р.	33.95р.	5	8.2	23.3	188.8	0.13	0	0	0	11.3	46.1	8.5	0.8
			масло сливочное	8	8	800.00р.	6.40р.													
			сыр Российский	35.1	32	700.00р.	24.57р.													
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	2.89р.	0.4	0	11.7	49.6	0	3.3	0	0	27.2	15.5	11.7	1.5
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.													
			лимон свежий	8	7	140.00р.	1.12р.													
			вода	150	150															
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2
<b>итого за прием пищи</b>		<b>567</b>						<b>95.77р.</b>	<b>8.66</b>	<b>16.36</b>	<b>67.37</b>	<b>457</b>	<b>0.29</b>	<b>13.3</b>	<b>40</b>	<b>1.06</b>	<b>66.9</b>	<b>119.2</b>	<b>41.5</b>	<b>6.12</b>
<b>ОБЕД</b>																				
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1
99	суп из овощей со сметаной	250/10	капуста свежая	25	20	70.00р.	1.75р.	10.90р.	3	4.13	10.1	91	0.1	11	0.2	0.2	30	53	22	0.8
			картофель	86.6	50	51.00р.	3.40р.													
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.													
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.													
			горошек зеленый	11.5	7.5	138.92р.	1.60р.													
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.													
			вода	187.5	187.5		- р													
			сметана	10	10	245.00р.	2.45р.													
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.													
291	плов из птицы	250	бройлер-цыпленок	161.2	113.2	250.00р.	40.30р.	48.97р.	20.8	18	37.9	407.3	0.05	3.23	0	0	10.3	0	0	2.05
			масло растительное	11.6	11.6	156.00р.	1.81р.													
			лук репчатый	13.2	11.6	29.00р.	0.38р.													
			морковь	16.6	13.2	45.00р.	0.75р.													
			томатное пюре	8.2	8.2	153.97р.	1.26р.													
			крупа рисовая	58.2	58.2	76.40р.	4.45р.													
			соль йодирования	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.													
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.													
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.													
			вода	200	200															
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.		3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5
<b>итого за прием пищи</b>		<b>960</b>						<b>86.93р.</b>	<b>31.11</b>	<b>28.69</b>	<b>129.66</b>	<b>905.9</b>	<b>0.32</b>	<b>24.23</b>	<b>0.2</b>	<b>1.36</b>	<b>92.7</b>	<b>173</b>	<b>56.8</b>	<b>5.95</b>
<b>всего за день</b>								<b>182.70р.</b>	<b>39.77</b>	<b>45.05</b>	<b>197.03</b>	<b>1362.9</b>	<b>0.61</b>	<b>37.53</b>	<b>40.2</b>	<b>2.42</b>	<b>159.6</b>	<b>292.2</b>	<b>98.3</b>	<b>12.07</b>

ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ																					
№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость стл.	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
174	каша вязкая молочная рисовая	200/10	крупа рисовая	44	44	78.40р.	3.38р.	18.78р.	6.35	9.82	35.11	239.4	0.06	1.3	0.08	0.28	128	167.4	21.3	0.49	
			молоко	100	100	68.00р.	- р.														
			вода	65	65	-	-														
			сахар	6	6	97.25р.	0.58р.														
			масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2
	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	0.1	2.4	3	0	0.02	
14	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	700.00р.	11.20р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	132	75	5.5	0.2		
382	какао с молоком	200	какао-порошок	4	4	434.00р.	1.74р.	10.48р.	2.9	2.5	24.8	134	0	1	0	0	121	90	14	1	
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.														
			вода	110	110	-	-														
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.														
			кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50														90.00р.
<b>итого за прием пищи</b>		<b>585</b>						<b>46.97р.</b>	<b>19.31</b>	<b>30.48</b>	<b>119.81</b>	<b>810.7</b>	<b>0.23</b>	<b>2.3</b>	<b>40.18</b>	<b>1.44</b>	<b>403.4</b>	<b>413.4</b>	<b>59.6</b>	<b>3.81</b>	
О Б Е Д																					
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	18.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1	
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	свекла	50	40	52.00р.	2.60р.	11.35р.	1.8	5	12.2	105.7	0	22.1	0.2	2.3	54.5	51.7	27.3	1.3	
			капуста свежая	25	20	70.00р.	1.75р.														
			картофель	26.6	20	51.00р.	1.38р.														
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.58р.														
			лук репчатый	15.2	12.5	29.00р.	0.44р.														
			томатное пюре	7.5	7.5	153.87р.	1.15р.														
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.														
			сахар	2.5	2.5	97.25р.	0.24р.														
			вода	200	200	-	-														
			сметана	10	10	245.00р.	2.45р.														
						соль йодированная	1														1
268	котлета	100	говядина	100	74	600.00р.	60.00р.	70.51р.	16.1	16.8	14.78	274.7	0	0	0	0.5	4.88	112.2	27.2	2.88	
			хлеб пшеничный	18	18	44.85р.	0.81р.														
			молоко или вода	24	24	-	-														
			сахар	10	10	74.38р.	0.74р.														
			масло растительное	6	6	156.00р.	0.94р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
			масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.														
						сметана	7.5														7.5
			мука пшеничная	2.25	2.25	34.50р.	0.08р.														
			вода	22.5	22.5	-	-														
125	картофель отварной	180	картофель	248.4	185.4	51.00р.	12.67р.	19.49р.	3.7	8.39	25.01	200.36	0	25.8	0	0	32.8	0	37.4	1.6	
			масло сливочное	8.5	8.5	800.00р.	6.80р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0	
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.														
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.														
			вода	200	200	-	-														
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2		
<b>итого за прием пищи</b>		<b>1010</b>						<b>130.32р.</b>	<b>25.53</b>	<b>31.98</b>	<b>97.57</b>	<b>796.54</b>	<b>0.73</b>	<b>57.91</b>	<b>0.2</b>	<b>3.96</b>	<b>140.73</b>	<b>249.4</b>	<b>121.39</b>	<b>8.43</b>	
<b>всего за день</b>								<b>177.29р.</b>	<b>44.84</b>	<b>62.46</b>	<b>217.38</b>	<b>1607.24</b>	<b>0.36</b>	<b>60.21</b>	<b>40.38</b>	<b>5.4</b>	<b>344.13</b>	<b>662.8</b>	<b>180.99</b>	<b>12.24</b>	

3 НЕДЕЛЯ																					
ДЕНЬ ОДИННАДЦАТЫЙ																					
№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический			энергетическая ценность	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
223	запеканка из творога со сгущенным молоком	200/60	творог	188	184	320.00р.	60.18р.	88.15р.	27.8	23	29.2	448.1	0.1	0.9	0.1	0	124	194.3	39.8	1.4	
			крупа манная	12	12	47.00р.	0.58р.														
			сахар	16	16	87.25р.	1.59р.														
			яйца	8	8	8.85р.	0.07р.														
			масло сливочное	8	8	800.00р.	6.40р.														
			сухари	8	8	78.38р.	0.63р.														
			сметана	8	8	245.00р.	1.96р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
			молоко сгущенное	60	60	280.00р.	16.80р.														
				хлеб пшеничный	20	20	44.85р.														
	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2			
14	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02			
376	чай с сахаром	200/15	чай -заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	1.77р.	0.2	0	13.4	52	0	0.06	0	0	2.98	4.5	2.4	0.5	
			сахар	15	15	87.25р.	1.46р.														
			вода	150	150																
	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.		3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5			
<b>итого за прием пищи</b>				<b>570</b>				<b>97.08р.</b>	<b>34.36</b>	<b>36.66</b>	<b>89.1</b>	<b>831.9</b>	<b>0.27</b>	<b>0.9</b>	<b>40.1</b>	<b>1.06</b>	<b>146.4</b>	<b>275.3</b>	<b>58.6</b>	<b>3.52</b>	
О Б Е Д																					
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1	
97	суп картофельный	250	картофель	150	112.5	51.00р.	7.66р.	8.97р.	2.2	2.4	16.3	81	0.13	12	0.4	0.18	22.1	72.6	29.5	1.2	
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.														
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.														
			масло растительное	2.5	2.5	156.00р.	0.39р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
			бульон или вода	175	175																
229	рыба тушеная в томате с овощами	100	шнител потрошенный	90	73.7	200.00р.	18.00р.	23.29р.	11.2	5.05	50.4	105	0.09	2.64	0	0	37.04	0	0	0.78	
			вода	18.7	18.7																
			морковь	23	18	45.00р.	1.04р.														
			лук репчатый	10	8.7	29.00р.	0.29р.														
			томатное пюре	10	10	153.97р.	1.54р.														
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.														
			раствор лимонной кислоты	2.5	2.5	570.00р.	1.43р.														
			сахар	2	2	87.25р.	0.19р.														
			лавровый лист	0.01	0.01	567.00р.	0.01р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
				картофель	210.6	158.4	51.00р.														
	молоко	28.8	28.8	28.00р.	0.81р.																
	масло сливочное	9	9	800.00р.	7.20р.																
	соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.																
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.66р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0	
			сахар	20	20	87.25р.	1.95р.														
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.														
			вода	200	200																
	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4			
	хлеб ржаной	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2			
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	50.00р.	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2	
<b>итого за прием пищи</b>				<b>980</b>				<b>128.08р.</b>	<b>21.21</b>	<b>15.71</b>	<b>146.43</b>	<b>612.5</b>	<b>0.62</b>	<b>65.84</b>	<b>0.4</b>	<b>1.58</b>	<b>119.94</b>	<b>271.8</b>	<b>105.9</b>	<b>8.34</b>	
<b>итого за день</b>								<b>225.16р.</b>	<b>55.57</b>	<b>52.37</b>	<b>235.53</b>	<b>1444.4</b>	<b>0.89</b>	<b>66.74</b>	<b>40.5</b>	<b>2.64</b>	<b>266.34</b>	<b>547.1</b>	<b>164.5</b>	<b>11.86</b>	

ДЕНЬ ДВЕНАДЦАТЫЙ																					
№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)					
				брутто	нетто	Цена за 1	Стоимость	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																					
173	каша вязкая молочная пшеничная	200/10	крупа пшеничная	50	50	60.40р.	3.02р.	18.42р.	8.9	7.06	45.16	269.2	0.18	1.76	0	0	161.7	0	0	2.83	
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.														
			вода	60	60		- р.														
			сахар	6	6	97.25р.	0.58р.														
			масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2	
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	700.00р.	11.20р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2	
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02	
379	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5	462.00р.	2.28р.	11.01р.	3.3	2.4	26.7	142.2	0	1.3	0	0	60.3	59.6	21.2	0.5	
			вода	120	120																
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.														
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.														
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.		0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>585</b>						<b>47.15р.</b>	<b>18.96</b>	<b>22.12</b>	<b>104.23</b>	<b>684.5</b>	<b>0.34</b>	<b>13.06</b>	<b>40.1</b>	<b>1.16</b>	<b>382.4</b>	<b>192.2</b>	<b>48</b>	<b>7.35</b>	

<b>О Б Е Д</b>																					
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1	
102	суп картофельный с бобовыми	250	картофель	66.6	50	51.00р.	3.40р.	8.31р.	5.6	5.4	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	4	48.8	83.7	35.5	2.1	
			фасоль	20.2	20	151.87р.	3.06р.														
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.														
			морковь	15.7	12.5	45.00р.	0.71р.														
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.														
			вода	175	175		0.00р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
294	котлета из курицы	100	филе кур из грудной	85.6	80	400.00р.	34.24р.	42.14р.	15.8	19.7	12.7	289.2	0	1.63	0.13	2.7	10.2	18.6	30.1	2.13	
			хлеб пшеничный	11.3	11.3	44.85р.	0.51р.														
			молоко или вода	14.2	14.2		- р.														
			яйца куриные	1.40	5.6	8.65р.	6.00р.														
			масло сливочное	1.44	1.44	800.00р.	1.15р.														
			масло растительное для	1.4	1.4	156.00р.	0.22р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
202/203	макаронные изделия отварные с маслом	180	макаронные изделия	60	60	42.30р.	2.54р.	9.36р.	6.6	5.7	37.5	229.2	0.12	0	0	0.9	13.2	43.2	8.4	0.96	
			масло сливочное	8.5	8.5	800.00р.	6.80р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
389	сок фруктовый	200	сок фруктовый	200	200	20.00р.	20.00р.	20.00р.	1	0.2	19.6	83.4	0	4	0	0	14	14	8	2.8	
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>880</b>						<b>102.20р.</b>	<b>32.61</b>	<b>31.66</b>	<b>112.16</b>	<b>864.1</b>	<b>0.45</b>	<b>25.13</b>	<b>0.38</b>	<b>8.76</b>	<b>119.2</b>	<b>245</b>	<b>108.3</b>	<b>10.59</b>	
<b>ежего за день</b>								<b>149.36р.</b>	<b>51.57</b>	<b>53.78</b>	<b>216.39</b>	<b>1548.6</b>	<b>0.79</b>	<b>38.19</b>	<b>40.48</b>	<b>9.92</b>	<b>501.6</b>	<b>437.2</b>	<b>156.3</b>	<b>17.94</b>	

ДЕНЬ ТРИНАДЦАТЫЙ																																		
№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость			химический состав			энергетическая ценность	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)																	
				брутто	нетто	Цена за 1	Стоимо	Стоимость	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe														
<b>ЗАВТРАК</b>																																		
	горошек зеленый консервированный	100	горошек зеленый консервированный	100	100	138.92р.	13.89р.	13.89р.	2.5	3.6	15	69.6	0.08	9.1	0	2	17.8	49.9	17.3	0.5														
210	омлет натуральный	200	яйца	4	152.2	34.60р.	16.04р.	36.54р.	20.5	34	3.3	342.8	0.17	0.4	0.36	0	127.3	330.2	26.6	3.6														
			молоко или вода	51.3	51.3	- р.																												
			масло сливочное	6.8	6.8	800.00р.	5.44р.																											
			соль йодированная	1.42	1.42	15.75р.	0.02р.																											
			масло сливочное	18.8	18.8	800.00р.	15.04р.																											
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4														
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2														
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02														
377	чай с лимоном	200	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	2.89р.	0.4	0	11.7	49.6	0	3.3	0	0	27.2	15.5	11.7	1.5														
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.																											
			лимон свежий	8	7	140.00р.	1.12р.																											
			вода	150	150																													
	кондитерское изделие	50	кондитерское изделие	50	50	90.00р.	4.50р.		3.7	5.9	37.4	208.5	0.04	0	0	0	10	34.5	6.5	0.5														
<b>итого за прием пищи</b>		<b>567</b>						<b>62.26р.</b>	<b>29.96</b>	<b>51.26</b>	<b>89.9</b>	<b>844.8</b>	<b>0.42</b>	<b>12.8</b>	<b>40.36</b>	<b>3.06</b>	<b>194.7</b>	<b>476.6</b>	<b>74.4</b>	<b>7.72</b>														

<b>О Б Е Д</b>																																		
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1														
88	щи из свежей капусты с картофелем	250	капуста свежая	62.5	50	70.00р.	4.38р.	8.60р.	1.8	5	6.9	80.5	0	33.3	0.2	2.2	51.5	36.1	19.2	0.9														
			картофель	40	30	51.00р.	2.04р.																											
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.56р.																											
			лук репчатый	15.1	15.1	29.00р.	0.44р.																											
			томатное пюре	2.5	2.5	153.97р.	0.38р.																											
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.																											
			вода	200	200		- р.																											
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.																											
260	гуляш из говядины	100	говядина	214	158	600.00р.	128.40р.	133.27р.	13.7	23.6	42.1	366.6	0.1	1.2	0.22	1	310	450	43	0.022														
			лук репчатый	24	20	29.00р.	0.70р.																											
			масло растительное	10	10	156.00р.	1.56р.																											
			томатное пюре	16	16	153.97р.	2.46р.																											
			мука пшеничная	4	4	34.50р.	0.14р.																											
			соль йодированная	1.1	1.1	15.75р.	0.02р.																											
			сметана	7.5	7.5	245.00р.	1.84р.														1.92р.	0.5	1.5	2.1	24	0	0.41	0	0	8.7	0	2.94	0.12	
331	соус сметанный с томатом	30	мука пшеничная	2.25	2.25	34.50р.	0.08р.																											
			вода	22.5	22.5		- р.																											
			томатное пюре	3	3	153.97р.	0.46р.																											
			соль йодированная	0.24	0.24	15.75р.	0.00р.																											
171	каша гречневая рассыпчатая	180	крупа гречневая	85.2	85.2	138.00р.	11.76р.	21.38р.	6.4	5.5	45.2	247.2	0	0	0	0.74	13.2	93.6	31.2	0.72														
			масло сливочное	12	12	800.00р.	9.60р.																											
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.																											
699	напиток лимонный	200	лимоны	16	16	140.00р.	2.24р.	4.57р.	0.3	0	31.4	127.2	0.006	0.4	0.2	0	25.2	39.6	19.4	0.6														
			сахар	24	24	97.25р.	2.33р.																											
			вода	214	214																													
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4														
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2														
<b>итого за прием пищи</b>		<b>1010</b>						<b>192.14р.</b>	<b>26.31</b>	<b>36.26</b>	<b>152.56</b>	<b>967.2</b>	<b>0.236</b>	<b>45.31</b>	<b>0.62</b>	<b>5.1</b>	<b>441.6</b>	<b>704.8</b>	<b>142.04</b>	<b>4.962</b>														
<b>итого за день</b>								<b>254.40р.</b>	<b>36.27</b>	<b>87.52</b>	<b>242.46</b>	<b>1612</b>	<b>0.656</b>	<b>58.11</b>	<b>40.98</b>	<b>8.16</b>	<b>636.3</b>	<b>1181.4</b>	<b>216.44</b>	<b>12.682</b>														

ДЕНЬ ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ																					
№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)					
				брутто	нетто	Цена за 1	Стоимость	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																					
181	каша жидкая молочная из манной крупы	200	крупы манная	31	31	47.00р.	1.46р.	23.25р.	9.74	9.82	33.54	239.4	0.25	1.3	0.08	0.76	140.6	136.4	17.1	0.5	
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.														
			вода	75	75		- р.														
			сахар	6.00	6	97.25р.	6.00р.														
			масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.														
			сахар	10	10	97.25р.	0.97р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржано-пшеничный	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2	
15	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	700.00р.	11.20р.	8.80р.	3.5	4.5	0	54.5	0	0	0.1	0.1	132	75	5.5	0.2	
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02	
382	какао с молоком	200	какао-порошок	4	4	43.40р.	0.17р.	8.92р.	2.9	2.5	24.8	134	0	1	0	0	121	90	14	1	
			молоко	100	100	68.00р.	6.80р.														
			вода	110	110																
			сахар	20	20	97.25р.	1.95р.														
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.		0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>575</b>						<b>49.89р.</b>	<b>19.4</b>	<b>24.98</b>	<b>90.71</b>	<b>646.5</b>	<b>0.41</b>	<b>12.3</b>	<b>40.18</b>	<b>1.92</b>	<b>422</b>	<b>339</b>	<b>37.9</b>	<b>5.52</b>	
<b>ОБЕД</b>																					
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	190.00р.	19.97р.	19.97р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1	
102	суп картофельный с бобовыми	250	картофель	66.6	50	51.00р.	3.40р.	6.28р.	5.6	5.4	17.5	140.6	0.2	9.5	0.25	4	48.8	83.7	35.5	2.1	
			горох	20.2	20	51.33р.	1.04р.														
			лук репчатый	12	10	29.00р.	0.35р.														
			морковь	15.7	12.5	45.00р.	0.71р.														
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.														
			вода	175	175		0.00р.														
			соль йодированная	1	1	15.75р.	0.02р.														
227	рыба припущенная	100	минтай потрошенный	110	90	200.00р.	22.00р.	27.13р.	19.2	18	4.25	254.3	0.13	0.63	0	4.5	58.8	297.8	67.5	1	
			лук репчатый	3.75	2.5	29.00р.	0.11р.														
			масло сливочное	6.25	6.25	800.00р.	5.00р.														
			соль йодирования	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
312	пюре картофельное	180	картофель	210.6	158.4	51.00р.	10.74р.	19.92р.	3.8	7.2	25.6	183.1	0.24	31.2	0	0.24	2.4	102.6	39.1	1.56	
			молоко	28.8	28.8	68.00р.	1.96р.														
			масло сливочное	9	9	800.00р.	7.20р.														
			соль йодирования	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
354	кисель из сухофруктов	200	сухофрукты	12	12	130.00р.	1.56р.	4.94р.	0.11	0.12	25.1	119.2	0	1.83	0	0	11.46	0	3.64	0.57	
			сахар	24	24	97.25р.	2.33р.														
			крахмал картофельный	8	8	116.00р.	0.93р.														
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.														
			вода	216	216																
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>880</b>						<b>80.67р.</b>	<b>32.32</b>	<b>31.38</b>	<b>97.31</b>	<b>818.90</b>	<b>0.70</b>	<b>53.16</b>	<b>0.25</b>	<b>9.90</b>	<b>154.46</b>	<b>569.60</b>	<b>172.04</b>	<b>7.83</b>	
<b>ежего за день</b>								<b>130.56р.</b>	<b>51.72</b>	<b>56.36</b>	<b>188.02</b>	<b>1463.4</b>	<b>1.11</b>	<b>65.46</b>	<b>40.43</b>	<b>11.82</b>	<b>576.46</b>	<b>928.6</b>	<b>229.94</b>	<b>13.35</b>	

ДЕНЬ ПЯТНАДЦАТЫЙ																					
№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)					
				брутто	нетто	Цена за 1	Стоимость	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
204	макаронные отварные с сыром	200	макаронные изделия	70	70	42.30р.	2.96р.	33.95р.	5	8.2	23.3	188.8	0.13	0	0	0	11.3	46.1	8.5	0.8	
			масло сливочное	8	8	800.00р.	6.40р.														
			сыр Российский	35.1	32	700.00р.	24.57р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.75р.	0.02р.														
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	800.00р.	8.00р.	6.50р.	0.08	7.26	0.14	66.1	0	0	40	0.1	2.4	3	0	0.02	
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.85р.	0.90р.	0.90р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ожано-пшеничный	30	хлеб ожано-пшеничный	30	30	51.10р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2	
377	чай с лимоном	200/7	чай-заварка	0.5	0.5	630.00р.	0.32р.	2.89р.	0.4	0	11.7	49.6	0	3.3	0	0	27.2	15.5	11.7	1.5	
			сахар	15	15	97.25р.	1.46р.														
			лимон свежий	8	7	140.00р.	1.12р.														
			вода	150	150																
338	фюкты свежие	1 шт	фюкты свежие	1 шт	1 шт	15.00р.	15.00р.	0.4	0.4	0.4	9.87	44.3	0.03	10	0	0	16	11.1	9	2.2	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>567</b>						<b>45.77р.</b>	<b>8.66</b>	<b>16.36</b>	<b>67.37</b>	<b>457</b>	<b>0.29</b>	<b>13.3</b>	<b>40</b>	<b>1.06</b>	<b>66.9</b>	<b>119.2</b>	<b>41.3</b>	<b>6.12</b>	

ОБЕД																					
71	овощи натуральные свежие в нарезке	100	овощи натуральные свежие в нарезке	105.1	100	70.00р.	7.36р.	15.90р.	0.83	0.16	2.5	13.5	0	10	0	0.2	23	42	14	1	
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	свекла	50	40	52.00р.	2.60р.	11.34р.	1.8	5	12.2	105.7	0	22.1	0.2	2.3	54.5	51.7	27.3	1.3	
			капуста свежая	25	20	70.00р.	1.75р.														
			картофель	26.6	20	51.00р.	1.38р.														
			морковь	12.5	10	45.00р.	0.58р.														
			лук репчатый	15.2	12.5	29.00р.	0.44р.														
			томатное пюре	7.5	7.5	153.00р.	1.15р.														
			масло растительное	5	5	156.00р.	0.78р.														
			сахар	2.5	2.5	97.00р.	0.24р.														
			вода	200	200																
			сметана	10	10	245.00р.	2.45р.														
			соль йодированная	1	1	15.00р.	0.02р.														
291	плов из птицы	250	бройлер-цыпленок	161.2	113.2	300.00р.	48.36р.	57.00р.	20.8	18	37.9	407.3	0.05	3.23	0	0	10.3	0	0	2.05	
			масло растительное	11.6	11.6	156.00р.	1.81р.														
			лук репчатый	13.2	11.6	29.00р.	0.38р.														
			морковь	16.6	13.2	45.00р.	0.75р.														
			томатное пюре	8.2	8.2	153.97р.	1.26р.														
			крупа рисовая	58.2	58.2	76.00р.	4.42р.														
			соль йодированная	1.2	1.2	15.00р.	0.02р.														
349	компот из смеси сухофруктов	200	сухофрукты	20	25	130.00р.	2.60р.	4.63р.	0	0	19.4	77.4	0	0	0	0	9.4	0	2	0	
			сахар	20	20	96.00р.	1.92р.														
			кислота лимонная	0.2	0.2	570.00р.	0.11р.														
			вода	200	200																
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	20	44.00р.	0.88р.	0.88р.	0.78	0.2	9.66	47	0.03	0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.4	
	хлеб ржаной	30	хлеб ржано-пшеничный	30	30	51.00р.	1.53р.	1.53р.	2	0.3	12.7	61.2	0.1	0	0	0.7	5.4	26.1	5.7	1.2	
<b>итого за прием пищи</b>		<b>850</b>						<b>91.29р.</b>	<b>26.21</b>	<b>23.66</b>	<b>94.36</b>	<b>712.1</b>	<b>0.78</b>	<b>35.33</b>	<b>0.2</b>	<b>3.46</b>	<b>107.2</b>	<b>137.2</b>	<b>55.6</b>	<b>5.95</b>	
<b>всего за день</b>								<b>137.07р.</b>	<b>34.87</b>	<b>40.02</b>	<b>161.73</b>	<b>1169.1</b>	<b>0.47</b>	<b>48.63</b>	<b>40.2</b>	<b>4.52</b>	<b>174.1</b>	<b>256.4</b>	<b>97.1</b>	<b>12.07</b>	
<b>итого по меню</b>								<b>3,060.07р.</b>	<b>724.26</b>	<b>862.89</b>	<b>3109.39</b>	<b>22373.33</b>	<b>11.217</b>	<b>845.17</b>	<b>609.74</b>	<b>101.56</b>	<b>6737.46</b>	<b>9677.4</b>	<b>2592.37</b>	<b>204.954</b>	
<b>итого за завтрак</b>								<b>170.00р.</b>	<b>40.24</b>	<b>47.94</b>	<b>172.74</b>	<b>1243.07</b>	<b>0.62</b>	<b>46.95</b>	<b>33.87</b>	<b>5.64</b>	<b>374.30</b>	<b>537.63</b>	<b>144.02</b>	<b>11.39</b>	
<b>среднее за завтрак</b>								<b>1,279.77р.</b>	<b>306.77</b>	<b>427.55</b>	<b>1396.64</b>	<b>10390.7</b>	<b>5.57</b>	<b>141.49</b>	<b>602.09</b>	<b>23.96</b>	<b>4101</b>	<b>4173</b>	<b>835.1</b>	<b>87.64</b>	
<b>итого за обед</b>								<b>71.10р.</b>	<b>17.04</b>	<b>23.75</b>	<b>77.59</b>	<b>577.26</b>	<b>0.31</b>	<b>7.86</b>	<b>33.45</b>	<b>1.33</b>	<b>227.83</b>	<b>231.83</b>	<b>47.51</b>	<b>4.87</b>	
<b>среднее за обед</b>								<b>1,780.30р.</b>	<b>417.49</b>	<b>435.34</b>	<b>1712.75</b>	<b>11984.63</b>	<b>5.647</b>	<b>703.68</b>	<b>7.65</b>	<b>77.6</b>	<b>2636.46</b>	<b>5504.4</b>	<b>1737.27</b>	<b>117.314</b>	
<b>среднее за обед</b>								<b>98.97р.</b>	<b>23.19</b>	<b>24.19</b>	<b>95.15</b>	<b>665.81</b>	<b>0.31</b>	<b>39.09</b>	<b>0.43</b>	<b>4.31</b>	<b>146.47</b>	<b>305.80</b>	<b>96.52</b>	<b>6.52</b>	

Разработано на основании:

1. Методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20
2. "Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях " Дели плюс 2015 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна
3. "Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях " Дели плюс 2014 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тутельяна
4. "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" Уральский РЦП, по ред. Перевалова А.Я., г.Пермь, 2011г