



Утверждено:
директор МКОУ СОШ № 1
Петровского городского округа
Ставропольского края
Харитонов А.В.

Примерное меню-раскладка

для организации горячего питания обучающихся 5-11 классов
муниципальных общеобразовательных организаций Петровского городского округа в 2023/24 учебном году
осень-зима

Петровский городской округ

№ рецептур	Продукты наименования блока	масса порции	продукты	масса			Цена за 1 кг	Стоимость		Химический состав			энергетическая ценность		элементарный состав (мг)				
				брутто	нетто	в пересчете на 100 г		Стоимость сырья	Стоимость блока	белки	жиры	углеводы	ккал	б (ккал)	В1	С	А	Са	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	18	19	20	21

1 НЕДЕЛЯ
ЗАВТРАК

174	каша овсяная молочная	200/10	крупа овсяная	44	44	90,00р.	3,96р.	17,70р.	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	61,8	108,3	35,2	0,5	
	рисовая		молоко	100	100	67,00р.	6,70р.													
			вода	65	65															
			сахар	6	6	79,00р.	0,47р.													
			масло сливочное	10	10	995,00р.	9,95р.													
			соль йодированная	1	1	16,00р.	0,16р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1	
			хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	8,80р.	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	132	75	5,5	0,2	
			сироп глюкозный	16	16	550,00р.	8,80р.	5,95р.	0,1	8,3	0,1	75	0	0	1	2	0	0	0	
			масло сливочное	10	10	995,00р.	9,95р.	5,95р.	0,1	0	15,9	65	0	2,8	0	12,8	1,5	3	0,1	
			чай заварной	0,5	0,5	790,00р.	1,19р.	2,61р.	0,1	0										
			сахар	15	15	79,00р.	1,19р.													
			лимонный сок	8	8	130,00р.	1,04р.													
			вода	150	150			35,69р.	13,35	20,1	61,9	644	0,1	4,1	0,2	219,1	228,8	60,2	1,8	
итого за первый завтрак																				

ОБЕД

70/71	овощи натуральные свежие или солёные (огурцы)	60	овощи натуральные свежие или солёные (огурцы)	63,1	60	70,00р.	4,42р.	4,42р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6	
102	суп картофельный с бобовыми	250	картофель	86,6	50	18,00р.	1,20р.	3,31р.	5,6	5,4	17,5	140,6	0,2	9,5	0,25	49,8	83,7	35,5	2,1	
			говядина	20,2	20	37,00р.	0,74р.													
			пшеничная мука	12	10	25,00р.	0,30р.													
			картофель	15,7	12,5	25,00р.	0,38р.													
			масло растительное	5	5	130,43р.	0,65р.													
			вода	175	175		0,00р.													
			соль йодированная	1	1	16,00р.	0,16р.	59,57р.	14,6	23,3	13,6	322,8	0	0	0,1	5	106,7	28,3	2,8	
			говядина	100	74	511,00р.	51,10р.													
			хлеб пшеничный	18	18	40,00р.	0,72р.													
			молоко или вода	24	24															
			сметана	10	10	100,00р.	1,00р.													
			масло растительное	5	6	130,43р.	0,78р.													
			соль йодированная	1,2	1,2	16,00р.	0,16р.													
			масло сливочное	10	10	995,00р.	9,95р.													
			картофель	255,6	205,2	220,00р.	51,1р.	10,11р.	4,3	8,7	18,7	173,2	0,1	95,9	0,2	110,8	77,9	38,7	2,4	
			картофель лимонный	5,4	5,4	300,00р.	1,62р.													
			масло растительное	7,2	7,2	130,43р.	0,94р.													
			томатная паста	10,8	10,8	150,00р.	1,62р.													
			картофель	9	4,4	25,00р.	0,14р.													
			пшеничная мука	0,02	0,02	200,00р.	0,20р.													
			лавровый лист	1,8	1,8	48,00р.	0,09р.													
			молочная соль	5,4	5,4	65,00р.	0,35р.													
			соль йодированная	1,2	1,2	16,00р.	0,16р.	4,24р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	0	0	
			картофель	20	25	130,00р.	2,60р.													
			сахар	20	0,2	79,00р.	1,58р.													
			молоко лимонное	200	200	300,00р.	0,60р.													
			вода	200	200															
			хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1	
			хлеб ржаной	50	50	51,42р.	2,57р.	1,54р.	4,3	1,65	21,25	129	1,4	0	0	11,5	42	16,5	1	
			итого за первый обед	900	900			84,99р.	33,29	38,68	116,15	889	1,4	114,4	0,55	219,8	377,5	145,9	9,9	
			итого за обед	1407	1407			120,00р.	49,6	59,73	195,05	1332	1,5	115,3	0,75	429,9	606,3	206,1	11,7	

ДЕНЬ ВТОРОЙ

№ рецепта	наименование блюда	масса порции	продукты	масса		цена за 1 кг	сплошность		химический состав					микроэлементы (мг)								
				брутто	нетто		Сплошность зла	Сплошность блинда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe			
210	горошек зеленый консервированный омлет картофельный	60	горошек зеленый консервированный	60	60	116,92р.	7,02р.	7,02р.	ЗАВТРАК	1,56	2,2	9	41,8	0,05	5,5	0	10,73	29,98	10,4	0,34		
			яйца	3	114,2	7,00р.	21,00р.	33,16р.	15,3	25,4	2,8	301,8	0,1	0	0,2	80	773,4	13,3	1,9			
			молоко или вода	41	5,4	595,00р.	3,27р.	- р.														
			масло сливочное	5,4	1,1	16,00р.	0,02р.															
			соль кошерованная	15	15	595,00р.	8,93р.															
376	хлеб пшеничный чай с сахаром	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1			
			чай заварка сахар	0,5	0,5	760,00р.	0,38р.	1,57р.	0,2	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5			
Итого за блюдо				150	150	79,00р.	1,19р.	42,94р.	21	28,1	49,4	512,5	0,37	5,5	0,2	105,27	249,88	42,6	3,74			

ОБ ЕД.

70/1	овощи натуральные свежем или замороженные (помидоры)	80	овощи натуральные свежем или замороженные (помидоры)	68	60	35,00р.	2,31р.	2,31р.	0,7	0,1	2,2	14	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6		
																				бланш с капустой и картофелем со сметаной <th>250/10 <th>50 <th>40 <th>18,00р. <th>0,90р. <th>7,02р. <th>1,8</th> <th>5 <th>12,3 <th>102 <th>0 <th>22,1 <th>54,5 <th>51,7 <th>27,3 <th>1,3</th> </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	250/10 <th>50 <th>40 <th>18,00р. <th>0,90р. <th>7,02р. <th>1,8</th> <th>5 <th>12,3 <th>102 <th>0 <th>22,1 <th>54,5 <th>51,7 <th>27,3 <th>1,3</th> </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>
227	рыба протушенная	100/9	сметана	10	10	245,00р.	2,45р.									60	52,3	284,7	60	0,8	
			соль кошерованная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.														
			минтай порционный	110	90	145,00р.	15,55р.	21,48р.	17,3	17,5	4,2	232,2	0,1	0	60	52,3	284,7	60	0,8		
			без соли	25	25	25,00р.	0,16р.														
			лук репчатый	6,2	5	595,00р.	3,58р.														
			масло сливочное	9	9	18,00р.	0,02р.														
			соль кошерованная	1,2	1,2	18,00р.	0,02р.														
			картофель	248,4	185,4	185,4	4,47р.	9,55р.	3,5	5,6	28,4	178	0,2	36	0	17,6	104,9	41,4	1,8		
			масло сливочное	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.														
			соль кошерованная	12	12	130,00р.	1,58р.														
125	картофель отварной	160	картофель	160	160	595,00р.	5,05р.	4,72р.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,84	0,57		
			сметана	8	8	150,00р.	1,20р.														
			каша из картофеля	0,2	0,2	300,00р.	0,08р.														
			вода	216	216	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1		
			хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,54р.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	42	16,5	1		
			хлеб ржаной	50	50	51,42р.	2,57р.														
			Итого за блюдо	1409	909			47,81р.	31,66	30,47	117,65	691,3	1,4	65,93	60,2	172,68	530,5	173,74	7,07		
			Итого за день	1409	909			40,75р.	52,66	58,57	167,05	1403,8	1,71	71,43	60,4	277,87	780,38	216,34	10,81		

ДЕНЬ ТРЕТИЙ

№ рецептурный лист	Продукты питания	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	сплошность		химический состав				энергетическая ценность (ккал)				витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто		сплошность блинчиков	сплошность блина	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe					
204	макаронные изделия с сыром	180/315	макаронные изделия сыр Российский	63 7,2	63 7,2	45,00р. 595,00р.	2,96р. 4,28р.	24,6р.	4,5	7,5	21	170,1	0,1	0	0	10,2	41,5	7,7	0,8					
			соль поваренная	31,5	28,8	550,00р.	17,38р.																	
			соль йодированная	0,9	0,9	16,00р.	0,01р.																	
			хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	16,9	0,1	0	0	11,5	4,2	16,5						
			чай с сахаром	200/15	0,5	790,00р.	0,38р.	1,57р.	0,2	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5					
			сахар	15	15	79,00р.	1,19р.																	
			вода	150	150																			
Итого за порцию пищи				419,5	150			27,22р.	8,65	8	58,6	339	0,26	0	0	24,68	88	26,6	2,3					

70/71	овощи натуральные свежие или соленые (супы)	60	овощи натуральные свежие или соленые (супы)	63,1	60	70,00р.	4,42р.	4,42р.	ОБЕД				8,1	0	6	0	13,8	26,2	8,4	0,6
									белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность								
101	суп картофельный с крутой макаронной	250	картофель крупа макаронная молоко лук репчатый масло растительное вода	100 5 12,5 12 2,5	75 5 10 10 2,5	18,00р. 90,00р. 25,00р. 25,00р. 130,43р.	1,80р. 0,45р. 0,30р. 0,33р. 0,00р.	3,20р.	2,4	2,8	20,5	117,8	0,1	16,5	0,2	33,6	71,8	29,9	1,2	
245	бифштекс ялов из отварной говядины	100	соль поваренная говядина молоко лук репчатый картофель молоко	220 8 5 25 12	182 4 4 20 12	511,00р. 29,00р. 25,00р. 25,00р. 16,00р.	0,02р. 0,19р. 0,39р. 0,59р. 0,11р.	99,79р.	30,5	4,4	10,6	590,5	0,1	4,7	0,1	10,4	182,8	38,1	4,4	
330	суп с мясным	30	соль поваренная мясо свиное картофель вода	7,5 2,25 2,25	7,5 2,25 2,25	245,00р. 48,00р. 0,11р.	1,84р. 0,11р. 0,11р.	1,95р.	0,32	1,13	1,32	16,68	0	0,01	0	6,15	0	1,19	0,05	
171	каша гречневая рассыпчатая	180	вода крупа гречневая масло сливочное соль поваренная	22,5 85,2 12 1,2	22,5 85,2 12 1,2	96,00р. 81,9р. 595,00р. 16,00р.	8,19р. 7,14р. 0,02р. 0,02р.	15,34р.	4,3	5,5	45,2	247,2	0	0	0	13,2	93,6	31,2	0,7	
388	салат из помидоров шпината	200	помидоры шпинат соль поваренная вода	20 20 20 200	20 20 20 200	300,00р. 79,00р. 1,98р. 40,00р.	6,00р. 1,98р. 0,01р. 2,00р.	7,98р.	0,7	0,3	24,4	103	0	200	0,2	13	3	3	1	
	хлеб пшеничный	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	4,2	16,5		
	хлеб ржаной	30	хлеб ржаной	50	50	51,42р.	2,57р.	1,56р.	4,3	1,65	21,25	129	1	0	0	11,5	4,2	16,5		
Итого за порцию пищи				920	920			138,00р.	46,87	55,88	148,97	1319,18	1,3	227,21	0,5	113,15	460,4	144,79	9,95	
всего за день				1386,5	1386,5			162,29р.	55,82	63,88	207,57	1658,16	1,56	227,21	0,5	137,83	546,4	171,39	12,25	

ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ

№ рецепта уча	Продукты наименование блока	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	сплошность		химический состав			энергетич еская ценность (ккал)	витамины (мг)			минеральные вещества (мг)		
				брутто	нетто		Стоимость стм общит. №	Стоимость блока	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Са	Р	Мг
223	заправка на творог со сгущенным молоком	200/60	творог	188	184	329,00р.	86,59р.	8,3	9,3	15,3	182,7	0,1	5,5	2,8	97,1	143,3	54,4	1,2
			курица мясная	12	12	38,00р.												
			сметана	16	16	79,00р.												
			яйца	8	8	7,00р.												
			масло сливочное	8	8	995,00р.												
			сметана	8	8	100,00р.												
			соль каменная	8	8	245,00р.												
			соль каменная	1	1	16,00р.												
			молоко сгущенное	60	60	293,15р.												
			молоко сгущенное	50	50	40,00р.												
382	хлеб пшеничный какао с молоком	200	хлеб пшеничный	4	4	430,00р.	10,00р.	2,9	2,5	24,8	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
			какао с молоком	100	100	67,00р.												
			молоко	110	110	67,00р.												
			вода	20	20	79,00р.												
итого за группу блюд				510	510	98,15р.	15,15	12,3	64,3	433,6	0,2	6,5	2,8	229,6	275,3	84,9	3,2	

ОБЕД																			
70/71	овощи натуральные свежие или соевые (помидоры)	60	овощи натуральные свежие или соевые (помидоры)	66	60	35,00р.	2,37р.	2,37р.	0,7	0,1	2,2	14	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
88	щи на свежих капустах с картофелем	250	капуста свежая	62,5	30	20,00р.	1,25р.	3,70р.	1,8	5	6,9	80,6	0	33,4	0,2	51,5	36,2	19,3	0,9
			картофель	40	30	18,00р.													
			морковь	12,5	10	25,00р.													
			лук репчатый	15,1	12,5	25,00р.													
			тошотное сало	2,5	2,5	150,00р.													
			масло сливочное	5	5	130,43р.													
			вода	200	200	16,00р.													
			соль каменная	1	1	0,02р.													
			бромбей-ленинск	161,2	113,2	194,00р.													
			мясо растительное	11,6	11,6	130,43р.													
291	говядина тушеная	250	говядина тушеная	11,6	11,6	23,00р.	0,38р.	38,41р.	20,8	18	37,9	407,3	0,06	3,23	0	10,3	0	0	2,05
			морковь	16,6	13,2	25,00р.													
			тошотное сало	8,2	8,2	150,00р.													
			соль каменная	89,2	89,2	90,00р.													
			соль каменная	1,2	1,2	16,00р.													
			сметана	20	25	130,00р.													
			сметана	20	20	79,00р.													
			молоко в лимонном	0,2	0,2	300,00р.													
			вода	200	200	40,00р.													
			хлеб пшеничный	50	50	51,42р.													
итого за группу блюд	овоще за обед	1370	хлеб пшеничный	50	50	2,57р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1	
			хлеб ржаной	50	50	51,42р.	1,54р.	4,3	1,65	21,25	111,85	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1	
			хлеб ржаной	50	50	2,57р.	51,40р.	31,55	28,25	111,85	825,2	1,15	0,2	0,2	108	145,4	62,7	5,55	
			овоще за обед	1370	1370	149,25р.	46,7	37,55	176,15	1258,6	1,35	49,13	3	337,6	420,7	147,6	8,75		

ДЕНЬ ПЯТЫЙ

№ рецепта уча	Продукты наименование блюда	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	сплошность		химический состав				энергетическая ценность (ккал)		витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто		Сплошность сырья единиц мл	Сплошность блюда	белки	жиры	углеводы	зрелости	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe			
7071	овощи нагретые свежие или соевые (отходы)	60	овощи нагретые свежие или соевые (отходы)	63.1	60	70,00р.	4,42р.	4,42р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6			
289	румяки теля	230	мясо теля картофель морковь томатное пюре лук репчатый масло растительное соль йодированная Мухоморичная хлеб пшеничный чай-заварка сахар лимон соевый вода	192 4 180,5 31,5 9 18 6 1,2 1,5 0,5 15 8 130	138 4 120 25,5 9 15 6 1,2 1,5 0,5 15 7 130	184,00р. 130,43р. 18,00р. 25,00р. 150,00р. 25,00р. 130,43р. 16,00р. 48,00р. 780,00р. 79,00р. 130,00р. 1,00р.	35,33р. 0,52р. 2,89р. 0,79р. 1,35р. 0,45р. 0,79р. 0,07р. 2,00р. 0,38р. 1,59р. 1,04р.	4,42р.	3,87р.	24,8	28,2	2	331,2	0,29	24,6	3,13	90,37	580,7	112,8	8		
377	хлеб пшеничный чай-заварка сахар лимон соевый вода	50 200/157	хлеб пшеничный чай-заварка сахар лимон соевый вода	50 0,5 15 8 130	50 0,5 15 7 130	40,00р. 780,00р. 79,00р. 130,00р. 1,00р.	2,00р. 0,38р. 1,59р. 1,04р.	1,20р.	2,61р.	3,95	0	15,9	116,9	0,1	0	2,8	0	11,5	42	16,5	3	0,1
Итого за день				582	582			50,43р.	28,35	28,8	43,6	521,2	0,39	33,4	3,19	728,47	648,4	140,7	9,7			

7071	овощи нагретые свежие или соевые (отходы)	60	овощи нагретые свежие или соевые (отходы)	масса		35,00р. <th colspan="2">2,31р. <th colspan="2">2,31р. <th colspan="2">0,7 <th colspan="2">0,1 <th colspan="2">2,2 <th colspan="2">14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	2,31р. <th colspan="2">2,31р. <th colspan="2">0,7 <th colspan="2">0,1 <th colspan="2">2,2 <th colspan="2">14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>		2,31р. <th colspan="2">0,7 <th colspan="2">0,1 <th colspan="2">2,2 <th colspan="2">14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>		0,7 <th colspan="2">0,1 <th colspan="2">2,2 <th colspan="2">14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>		0,1 <th colspan="2">2,2 <th colspan="2">14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th></th></th>		2,2 <th colspan="2">14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th></th>		14 <th colspan="2">0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th></th>		0 <th colspan="2">6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th></th>		6 <th colspan="2">0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th></th>		0 <th colspan="2">13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th></th>		13,8 <th colspan="2">25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th></th>		25,2 <th colspan="2">8,4 <th colspan="2">0,6 </th></th>		8,4 <th colspan="2">0,6 </th>		0,6	
				брутто	нетто		Сплошность сырья единиц мл	Сплошность блюда	белки	жиры	углеводы	зрелости	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe													
103	отт пароваренный с макаронными изделиями	250	картофель макаронные изделия морковь лук репчатый масло растительное вода	100 10 12,5 12 2,5 175	75 10 10 10 2,5 175	18,00р. 45,00р. 25,00р. 25,00р. 130,43р. 16,00р.	1,80р. 0,59р. 0,31р. 0,38р. 0,38р. 0,02р.	3,20р.	3,9	27,5	19	117	0,1	11	0,2	22	117	0,1	11	0	6	0	0,2	22	54	21	0,9					
234	бигуси рыбные	100	рыба минтай хлеб пшеничный молоко оливки масло растительное масло сливочное соль йодированная картофель вода	81 16,7 24,3 9,3 9,3 6,2 210,6 28,8 9 1,2 12 24 8 0,2 216	66 16,7 24,3 9,3 9,3 6,2 158,4 28,8 9 1,2 12 24 8 0,2 216	145,00р. 40,00р. 67,00р. 100,00р. 100,43р. 565,00р. 18,00р. 67,00р. 595,00р. 16,00р. 18,00р. 130,00р. 79,00р. 150,00р. 300,00р. 40,00р.	11,55р. 0,67р. 1,63р. 0,93р. 1,21р. 3,66р. 3,79р. 0,29р. 5,38р. 0,02р. 1,39р. 1,93р. 1,20р. 0,05р.	19,89р.	12,2	12,1	14,8	217,4	0	0,6	0	60,1	0	24,3	12													
312	пюре картофельное	180	картофель молоко	180 28,8	180 28,8	16,00р. 67,00р.	0,02р. 1,39р.	11,09р.	3,8	7,2	25,6	182,9	0,2	31,2	0,1	2,4	102,6	39,1	1,6													
354	виски на охорщивающих	200	масло сливочное соль йодированная сахар охлажденный кислота лимонная вода	9 1,2 12 24 8 0,2 216	9 1,2 12 24 8 0,2 216	595,00р. 16,00р. 79,00р. 150,00р. 300,00р. 40,00р.	5,38р. 0,02р. 1,39р. 1,20р. 0,05р.	4,72р.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,84	0,57													
Итого за день				1412	1412			1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	3	0,1												

ДЕНЬ ШЕСТОЙ

№ расчетный листы	прямые листы, наименования блока	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	Стоимость сырья	Стоимость блока	химический состав				энергетич. ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто				белки	жиры	углеводы	золь		В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe	
205	Макаронные отварные с овощами	200	Макаронные Морковь петрушка (корень) лук репчатый томатное пюре соль йодированная соль йодированная хлеб пшеничный масло сливочное чай-заварка салат	70	16	45,00р. 28,00р. 150,00р. 25,00р. 190,00р. 130,45р. 16,00р. 40,00р. 595,00р. 780,00р. 79,00р.	3,95р. 0,59р. 1,07р. 0,39р. 1,97р. 1,04р. 0,02р. 2,00р. 5,95р. 0,39р. 1,97р.	7,82р.	ЗАВТРАК	7,12	9,28	41,8	270,5	0,08	0,03	0	19,4	0	0	0	0,1
14	хлеб пшеничный	50	соль йодированная хлеб пшеничный масло сливочное чай-заварка салат	1,3	8	16,00р. 40,00р. 595,00р. 780,00р. 79,00р.	0,02р. 2,00р. 5,95р. 0,39р. 1,97р.	1,20р.		3,95	0,5	24,2	146,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1	
376	масло сливочное чай с сахаром	10 200/15	Масло сливочное чай-заварка салат	10	50	595,00р. 780,00р. 79,00р.	5,95р. 0,39р. 1,97р.	5,95р.		0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	1	2	0	0	
	Итого за прямые листы	475		150	150			16,54р.		11,37	18,08	79,5	514,5	0,24	0,03	0,1	34,89	48,5	18,9	1,6	

70/1	овощи натуральные свежие или солёные (супы)	60	овощи натуральные свежие или солёные (супы)	63,1		70,00р.	4,42р.	4,42р.	ОБЕД				8,1	0	6	0	138	26,2	8,4	0,6
				брутто	нетто				белки	жиры	углеводы	золь								
102	огур. нарезанный с бобовыми	250	картофель фасоль лук репчатый морковь масло растительное вода соль йодированная бобовый запивок масло растительное кабачок ячмень петрушка (корень) лук репчатый пюре картофельный пюре картофельный консервированный соль йодированная суп	66,6	50	18,00р. 2,93р. 25,00р. 130,45р. 0,00р. 16,00р. 36,43р. 18,00р. 2,17р. 18,00р. 25,00р. 150,00р. 29,00р. 16,92р. 1,89р. 16,00р. 0,02р.	1,20р. 2,93р. 0,39р. 0,65р. 0,00р. 0,02р. 0,65р. 1,57р. 2,17р. 1,31р. 0,81р. 0,81р. 0,54р. 0,54р. 1,89р. 0,02р.	5,49р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	138	26,2	8,4	0,6	
202/331	тунца, тушеная в соусе с овощами	100/190/30	бобовый запивок масло растительное кабачок ячмень петрушка (корень) лук репчатый пюре картофельный пюре картофельный консервированный соль йодированная суп	198	142	184,00р. 130,45р. 18,00р. 25,00р. 150,00р. 29,00р. 16,92р. 1,89р. 16,00р. 0,02р.	36,43р. 2,17р. 1,31р. 0,81р. 0,81р. 0,54р. 0,54р. 1,89р. 0,02р.	46,92р.	16,24	12,63	15,71	241	0,17	10,61	45,6	71,8	170,3	40,7	3,7	
346	котлет из мяса с овощами	200	топленое сало свиной фарш яйца соль	3	3	150,00р. 130,00р. 300,00р. 300,00р.	0,45р. 1,89р. 0,09р.	4,24р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	9,4	0	2	0
	хлеб пшеничный	50	соль йодированная хлеб пшеничный масло сливочное чай-заварка салат	0,2	20	79,00р. 40,00р. 595,00р. 780,00р. 79,00р.	1,89р. 2,00р. 5,95р. 0,39р. 1,97р.	1,20р.		3,95	0,5	24,2	146,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
	Итого за прямые листы	820		50	50			83,87р.		4,3	20,28	99,46	1227,5	1,47	26,14	45,85	166,8	363,2	119,6	8,4
	Итого за день	1395		50	50			80,59р.		41,98	38,56	179,06	1227,5	1,71	26,14	45,95	207,68	411,7	138,5	10

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ СЕРВМОН

№ расчетный лист	наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность (ккал)		витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость за 1 единицу	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe					
173	каша вязкая молочная пшеничная	200/10	крупка пшеничная	50	50	45,00р.	2,25р.	ЗАВТРАК	8,9	7,08	45,16	269,2	0,18	1,76	0	161,7	0	0	2,83			
			молоко	100	100	67,00р.	6,70р.															
			вода	60	60	79,00р.	0,47р.															
			сахар	6	6	595,00р.	6,95р.															
			масло сливочное	10	10	16,00р.	0,02р.															
			соль поваренная	1	1	40,00р.	0,00р.															
15	хлеб пшеничный сыр Российский	50	хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	11,5	4,2	16,5				
			сыр Российский	15	15	550,00р.	8,80р.	8,80р.	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	132	7,5	6,5				
			масло сливочное	10	10	595,00р.	5,95р.	5,95р.	0,1	8,3	0,1	7,5	0	0	0,1	1	2	0				
14	масло сливочное чай с сахаром	200/15	чай-заварка	0,5	0,5	790,00р.	0,39р.	1,57р.	0,2	0	13,4	52	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4				
			сахар	15	15	79,00р.	1,19р.															
Итого за порцию пищи				500	500	32,81р.	16,65р.	20,38р.	82,86р.	567,6	0,34	1,76	0,2	309,18р.	123,5	24,4	4,53					

№ расчетный лист	наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав			энергетическая ценность (ккал)		витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость за 1 единицу	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe					
218	тортены с соусом сметанным с дырчатой	100/30	овощи натуральные свежие или соленные (сырдым)	63,1	60	70,00р.	4,42р.	ОБЕД	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	1,7	0	6,7	7,3	16,4	1,8	
			картофель	25	20	20,00р.	0,50р.															
			капуста свежая	66,6	50	18,00р.	1,20р.															
			морковь	12,5	10	25,00р.	0,31р.															
			лук репчатый	12	10	25,00р.	0,30р.															
			пшеничная мука высшего сорта	11,5	7,5	116,82р.	1,34р.															
			масло растительное	5	5	130,43р.	0,65р.															
			вода	187,5	187,5																	
			сметана	10	10	245,00р.	2,45р.															
			соль поваренная	1	1	16,00р.	0,02р.															
			пшеничная мука высшего сорта	86,6	63,2	511,00р.	4,42р.															
			молоко или вода	19,2	19,2	40,00р.	0,58р.															
			лук репчатый	40	20	25,00р.	1,00р.															
			масло растительное	5	5	130,43р.	0,65р.															
мука пшеничная	6,6	6,6	48,00р.	0,32р.																		
масло растительное	5	5	130,43р.	0,65р.																		
соль поваренная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.																		
суп	30																					
сметана	7,5	7,5	245,00р.	1,84р.																		
мука пшеничная	2,25	2,25	48,00р.	0,11р.																		
вода	22,5	22,5																				
топленое масло	3	3	150,00р.	0,45р.																		
соль поваренная	0,24	0,24	16,00р.	0,00р.																		
крупка рисовая	63	63	90,00р.	5,67р.																		
вода	132,2																					
масло сливочное	6,3	6,3	595,00р.	3,75р.																		
соль поваренная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.																		
сухарики	20	25	130,00р.	2,60р.																		
сахар	20	20	79,00р.	1,58р.																		
кислота лимонная	0,2	0,2	300,00р.	0,06р.																		
вода	200	200																				
хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.																		
хлеб ржаной	50	50	51,42р.	2,57р.																		
Итого за порцию пищи				930	930	110,34р.	59,9	53,21р.	223,97р.	1578,5	1,54	1,54	0,42	402,68р.	455,8	139,7	10,33					

ДЕНЬ ВОСЬМОЙ

№ рецепта участь	прямые продукты наименование блока	масса порции	продукты	масса			Стоимость в руб.	Стоимость блока	химический состав				энергетич. ценность (ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)																		
				брутто	нетто	Цена за 1 кг			белки	жиры	углеводы	В1		С	А	Са	Р	Мg	Fe																	
70/1	овощи натуральные свежкие или солёные (огурцы)	60	овощи натуральные свежкие или солёные (огурцы)	63.1	60	70.00р.	4.42р.	4.42р.	0.5	0.1	1.5	8.1	0	6	0	138	25.2	8.4	0.6																	
229	рыба, тушёная в томате с овощами	100	минтай порционный	90	73.7	145.00р.	130.00р.	34В7УМК	11.2	5.05	6.5	105	0	28	1.1	37.04	134	32.2	8.4	0.8																
			вода	18.7	18.7																															
			морковь	23	18	25.00р.	0.58р.																													
			лук репчатый	10	8.7	25.00р.	0.25р.																													
			томатное пюре	10	10	150.00р.	1.50р.																													
			масло растительное	5	5	130.43р.	0.65р.																													
			растительный	2.5	2.5	300.00р.	0.75р.																													
			исюта																																	
			сметана	2	2	79.00р.	0.16р.																													
			пшеничная мука	0.01	0.01	700.00р.	0.01р.																													
			соль йодированная	1.2	1.2	16.00р.	0.02р.																													
			312	порог картофельное	180	картофель	210.6														168.4	18.00р.	3.79р.	11.09р.	3.8	7.2	25.6	182.9	0.2	31.2	0.1	2.4	102.6	39.1	1.6	
376	хлеб пшеничный ч/з с сахаром	200/15	масло сливочное	28.8	28.8	67.00р.	1.83р.	35.24р.	19.65	12.65	71.2	464.9	0.36	40	1.2	67.72	398.3	98.6	4.48																	
			соль йодированная	1.2	1.2	16.00р.	0.02р.																													
			хлеб пшеничный	50	50	40.00р.	2.00р.													1.20р.	3.95	0.5	24.2	116.9	0.1	0	0	11.5	4.2	16.5	1					
			чай-заварка	0.5	0.5	760.00р.	0.38р.													1.57р.	0.2	0	13.4	52	0.06	0	0	2.98	4.5	2.4	0.5					
180	порог картофельное	180	картофель	210.6	168.4	18.00р.	3.79р.	35.24р.	19.65	12.65	71.2	464.9	0.36	40	1.2	67.72	398.3	98.6	4.48																	
			вода	15	15	79.00р.	1.19р.																													
			масло сливочное	9	9	160.00р.	0.02р.																													
			соль йодированная	1.2	1.2	16.00р.	0.02р.																													
			хлеб пшеничный	50	50	40.00р.	2.00р.													1.20р.	3.95	0.5	24.2	116.9	0.1	0	0	11.5	4.2	16.5	1					
			чай-заварка	0.5	0.5	760.00р.	0.38р.													1.57р.	0.2	0	13.4	52	0.06	0	0	2.98	4.5	2.4	0.5					
			сметана	15	15	79.00р.	1.19р.																													
			соль йодированная	1	1	16.00р.	0.02р.																													
			бройлеры	182	128	184.00р.	33.49р.																													
			лук репчатый	5	4	25.00р.	0.13р.																													
			масло сливочное	9	9	995.00р.																														
			соль йодированная	1.1	1.1	16.00р.	0.02р.																													
хлеб пшеничный	72	72	450.00р.	3.24р.																																
масло сливочное	12	12	595.00р.	7.14р.																																
соль йодированная	1.2	1.2	16.00р.	0.02р.																																
пюре тыквенное	20	20	300.00р.	6.0р.																																
сметана	20	20	79.00р.	1.58р.																																
вода	200	200																																		
288	тыква отварная	100/9	тыква отварная	100.9				33.63р.	14.6	11.3	0	190	0.16	10.1	0	63.4	0	0	3.7																	
171	каша пшеничная рассыпчатая	180	хлеб пшеничный	90	90	40.00р.	2.00р.	1.20р.	3.95	0.5	24.2	116.9	0.1	0	0	11.5	4.2	16.5	1																	
			хлеб ржаной	50	50	51.42р.	2.57р.	1.34р.	4.3	1.65	21.25	129	1	0	0	11.5	4.2	16.5	1																	
388	являтик на плодах шиповника	200	соль йодированная	1.2	1.2	16.00р.	0.02р.	80.96р.	34.97	28.93	178.28	943.8	1.46	248.53	0.4	183.1	148.4	63.7	13.9																	
			пюре тыквенное	20	20	300.00р.	6.0р.	95.60р.	54.22	41.78	198.45	1405.8	1.92	288.53	1.6	250.82	458.7	162.3	18.38																	
			сметана	20	20	79.00р.	1.58р.																													
70/1	овощи натуральные свежкие или солёные (томатный)	60	овощи натуральные свежкие или солёные	66	60	35.00р.	2.31р.	2.31р.	0.7	0.1	2.2	14	0	6	0	13.8	25.2	8.4	0.6																	
			Лимонный сок	62.5	50	20.00р.	1.25р.																													
88	цып из свежей курочки с картофелем	250	картофель	40	30	18.00р.	0.72р.	3.70р.	1.8	5	6.9	80.6	0	33.4	0.2	51.5	36.2	19.3	0.9																	
			морковь	12.5	10	25.00р.	0.32р.																													
			лук репчатый	15.1	12.5	29.00р.	0.38р.																													
			томатное пюре	2.5	2.5	150.00р.	0.58р.																													
			масло растительное	5	5	130.43р.	0.65р.																													
			вода	200	200																															
			соль йодированная	1	1	16.00р.	0.02р.																													
			бройлеры	182	128	184.00р.	33.49р.																													
			лук репчатый	5	4	25.00р.	0.13р.																													
			масло сливочное	9	9	995.00р.																														
			соль йодированная	1.1	1.1	16.00р.	0.02р.																													
			хлеб пшеничный	72	72	450.00р.	3.24р.																													
масло сливочное	12	12	595.00р.	7.14р.																																
соль йодированная	1.2	1.2	16.00р.	0.02р.																																
пюре тыквенное	20	20	300.00р.	6.0р.																																
сметана	20	20	79.00р.	1.58р.																																
вода	200	200																																		
889	хлеб пшеничный хлеб ржаной	50	хлеб пшеничный	90	90	40.00р.	2.00р.	1.20р.	3.95	0.5	24.2	116.9	0.1	0	0	11.5	4.2	16.5	1																	
			хлеб ржаной	50	50	51.42р.	2.57р.	1.34р.	4.3	1.65	21.25	129	1	0	0	11.5	4.2	16.5	1																	
1504	овсяно за пшениц	1504	овсяно за пшениц	50	50	51.42р.	2.57р.	80.96р.	34.97	28.93	178.28	943.8	1.46	248.53	0.4	183.1	148.4	63.7	13.9																	
			овсяно за пшениц	1504	1504			95.60р.	54.22	41.78	198.45	1405.8	1.92	288.53	1.6	250.82	458.7	162.3	18.38																	

ОБЕД

ОБЕД

ОБЕД

ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ

№ рецептурных блюд	применяемые наименования блюд	масса порции	продукты	масса			стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)		витамины (мг)						минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость сырья	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	золь	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe					
173	каша вязкая молочная из овсяной крупы	200/10	Хлеб пшеничный Геркулес	44	44	30,00р.	1,33р.	14,45р.	6,6	9,7	24,4	210,3	0,1	1,3	0,1	150,9	188,3	52,9	2,6					
				100	100	67,00р.	6,70р.																	
				60	60	79,00р.	- р.																	
				6	6	595,00р.	5,95р.																	
				10	10	16,00р.	0,02р.																	
14	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,2р.	3,95	0,5	24,2	16,9	0,1	0	0	11,5	4,2	16,5	1					
				10	10	595,00р.	5,95р.																	
				5	5	370,00р.	1,85р.																	
				120	120	79,00р.	1,95р.																	
				20	20	67,00р.	6,70р.																	
379	Масло сливочное корейский напиток	200	Масло сливочное	10	10	595,00р.	5,95р.	5,95р.	0,1	8,3	26,7	142,2	0	1,3	0	0	60,3	59,6	21,2					
				5	5	370,00р.	1,85р.																	
				120	120	79,00р.	1,95р.																	
				20	20	67,00р.	6,70р.																	
				100	100	67,00р.	6,70р.																	
Итого за группой лиц				470			31,74р.	13,95	20,9	75,4	544,4	0,2	2,6	0,2	163,4	292,6	72,9	24,8						

№ рецептурных блюд	применяемые наименования блюд	масса порции	продукты	масса			стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)		витамины (мг)						минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость сырья	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	золь	В1	С	А	Са	Р	Мg	Fe					
70/71	овощи натуральные оваренные или солёные (бурду)	60	овощи натуральные оваренные или солёные (бурду)	63,1	60	70,00р.	4,42р.	4,42р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6					
				100	75	18,00р.	1,80р.																	
				5	5	90,00р.	0,45р.																	
				12,5	10	25,00р.	0,30р.																	
				2,5	2,5	130,43р.	0,33р.																	
				187,5	187,5	16,00р.	0,02р.																	
				1	1	16,00р.	0,02р.																	
				100	74	511,00р.	51,10р.																	
				18	18	40,00р.	0,72р.																	
				24	24	100,00р.	1,00р.																	
288	Бигоски на говядине	100/10	говядина	100	100	100,00р.	100,00р.	59,57р.	14,6	23,3	13,6	322,8	0	0	0,1	5	108,7	28,3	2,8					
				10	10	100,00р.	1,00р.																	
				6	6	130,43р.	0,78р.																	
				1,2	1,2	16,00р.	0,02р.																	
				60	60	595,00р.	5,95р.																	
				8,52	8,52	595,00р.	5,07р.																	
				1,2	1,2	16,00р.	0,02р.																	
				20	20	130,00р.	2,60р.																	
				20	20	79,00р.	1,95р.																	
				0,2	0,2	300,00р.	0,06р.																	
202/203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	Макаронные изделия отварные с маслом	8,52	8,52	595,00р.	5,07р.	7,79р.	6,5	0,8	41,7	200	0,1	0	0	18,2	54,5	10,2	1,3					
				20	20	130,00р.	2,60р.																	
				20	20	79,00р.	1,95р.																	
				200	200	40,00р.	2,00р.																	
				50	50	51,42р.	2,57р.																	
349	комлот на смеси сухобулочной	200	хлеб пшеничный	200	200	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	118,9	0,1	0	0	11,5	4,2	16,5	1					
				50	50	51,42р.	2,57р.																	
				50	50	51,42р.	2,57р.																	
				800	800	113,70р.	48,2																	
				1370	1370	113,70р.	48,2																	
Итого за группой лиц				800			81,99р.	32,25	28,15	142,15	129	1,3	22,5	0,3	103	346,2	111,8	7,9						
Итого за день				1370			113,70р.	48,2	50,05	217,55	1516,4	1,5	25,1	0,5	288,4	634,8	240,8	32,7						

ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ

№ рецептурных урч	применяемые ингредиенты	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	Стоимость		химический состав				микроэлементы и вещества (мг)						
				брутто	нетто		Стоимость соль	Стоимость блока	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe
223	завтрак из творога со стученым молоком	200/60	творог	188	184	320,00р.	61,85р.	86,95р.	8,3	9,3	15,3	182,7	0,1	5,5	2,8	97,1	143,3	54,4	1,2
			крупа манная	12	12	38,00р.	0,45р.												
			сахар	16	16	79,00р.	1,25р.												
			яйца	8	8	7,00р.	0,05р.												
			масло сливочное	8	8	595,00р.	4,75р.												
			сметана	8	8	100,00р.	0,80р.												
			сметана	8	8	245,00р.	1,95р.												
			соль йодированная	1	1	16,00р.	0,02р.												
			молоко стученное	60	60	283,19р.	15,39р.												
			хлеб пшеничный корейский пшенисок	50	50	40,00р.	2,00р.												
379	хлеб пшеничный корейский напиток с молоком	200	хлеб пшеничный корейский пшенисок	5	5	370,00р.	1,85р.	1,20р.	3,3	2,4	24,2	118,9	0,1	0	0	11,5	60,3	59,6	21,2
			вода	120	120	79,00р.	1,58р.												
			сахар	20	20	79,00р.	1,58р.												
			молоко	100	100	67,00р.	6,70р.												
Итого за группу пищи				100	100	67,00р.	6,70р.	86,20р.	12,2	18,2	441,8	0,2	6,8	2,8	108,6	245,6	130,5	23,4	

7071	овощи натуральные свежые или соевые (заморожены)	60	овощи натуральные свежые или соевые (заморожены)	66	60	36,00р.	2,31р.	2,31р.	0,7	0,1	2,2	14	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
108/109	Сул картофельный с сыром	250	картофель	66,7	50	18,00р.	1,20р.	2,15р.	3,56	4,59	18,79	134,25	0,105	3,3	0,02	33,4	72,2	19,45	1
			молоко	12,5	10	25,00р.	0,31р.												
			пшеница	12,3	10	23,00р.	0,21р.												
			масло растительное	2,5	2,5	130,43р.	0,33р.												
			вода	187,5	187,5	16,00р.	0,20р.												
			соль йодированная	1	1	16,00р.	0,02р.												
			пшеника	15	15	48,00р.	0,22р.												
			молоко сливочное	4,6	0,5	595,00р.	0,30р.												
			яйца	1,3	1,3	7,00р.	0,07р.												
			вода или молоко	7,2	7,2	-	-												
290	фрэнчизель из говядины	100	говядина	94,5	69	511,00р.	48,29р.	45,23р.	10,65	13,14	12,1	212,49	0	0,03	0	37,13	0	16,67	6,53
			хлеб пшеничный	14,5	14,5	40,00р.	0,58р.												
			молоко или вода	20	20	25,00р.	0,25р.												
			пшеница	9	9	48,00р.	0,48р.												
			пшеница	9	9	130,43р.	1,17р.												
			масло растительное	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.												
			соль йодированная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.												
			пшеница	20,00р.	5,11р.	1,82р.	10,20р.												
			раствор лимонной кислоты	5,4	5,4	300,00р.	1,52р.												
			масло растительное	7,2	7,2	130,43р.	0,94р.												
321	капустяная тушеная	180	капустяная тушеная	255,6	205,2	20,00р.	5,11р.	10,20р.	4,3	8,7	18,7	173,2	0,1	95,9	0,2	110,6	77,9	38,7	2,4
			молоко	10,8	10,8	150,00р.	1,62р.												
			молоко	5,4	4,4	25,00р.	0,14р.												
			пшеница	9	7,2	25,00р.	0,23р.												
			лавровый лист	0,02	0,02	700,00р.	0,01р.												
			молоко пшеница	1,8	1,8	48,00р.	0,09р.												
			сахар	5,4	5,4	79,00р.	0,43р.												
			соль йодированная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.												
			молоко	16	16	130,00р.	2,08р.												
			сахар	24	24	79,00р.	1,95р.												
699	напиток лимонный	200	вода	214	214	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	115,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
			хлеб пшеничный	50	50	51,42р.	2,57р.												
			хлеб ржаной	890	890	68,60р.	27,76р.												
			Итого за группу пищи	1400	1400	104,88р.	43,37р.												

ДЕНЬ ОДИНАДЦАТЫЙ

№ рецептурной карты	наименование блюда	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	сплошность		химический состав				энергетическая ценность (ккал)						
				булгур	нетто		сплошность супа	сплошность бульона	белки	жиры	углеводы	зольность	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe
70/71	овощи натуральные свежее или солёные (томатный)	60	овощи натуральные свежее или солёные (томатный)	66	60	35,00р.	2,31р.	2,31р.	0,7	0,1	2,2	14	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6
294	котлета из гречихи	100	Филе кур из грудной части хлеб пшеничный молоко или вода яйца куриные масло сливочное масло растительное для жаренья	85,6	80	290,00р.	24,82р.	32,39р.	15,8	19,7	12,7	289,2	0	1,63	0,13	10,2	18,6	30,1	2,13
171	каша гречневая рассыпчатая	180	соль для посола крупа гречневая масло сливочное соль для посола	1,2 85,2 12 12	1,2 85,2 12 12	16,00р. 96,00р. 595,00р. 16,00р.	0,02р. 8,19р. 7,14р. 0,02р.	15,34р.	10,2	8,3	46,4	300,8	0,25	0	0,04	22,08	242,88	162,84	5,52
377	хлеб пшеничный чай с лимоником	50 200/157	хлеб пшеничный чай-заварка сахар лимон. сок вода	50 0,5 15 8	50 0,5 15 7	40,00р. 790,00р. 79,00р. 130,00р.	2,20р. 0,39р. 1,19р. 1,04р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	115,9	0,1	0	0	11,5	42	16,5	1
итого за порцию				150	150	130,00р.	1,04р.	53,79р.	31,05	28,6	97,2	770,5	0,35	10,93	0,17	84,79	344,18	229,54	10,75

№ рецептурной карты	наименование блюда	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 кг	сплошность		химический состав				энергетическая ценность (ккал)						
				булгур	нетто		сплошность супа	сплошность бульона	белки	жиры	углеводы	зольность	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	сметана капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное сметана вода соль для посола уксус картофель молоко соль для посола соль для посола сладкий перец сладкий перец лимонной кислоты лавровый лист соль для посола картофель молоко соль для посола соль для посола сладкий перец сладкий перец вода	50 25 25 12,5 15,2 7,5 5 2,5 200 10 1,2 90 23 19 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 210,6 28,8 9 1,2 20 20 20 20 200 50 50 50	40 20 20 10 12,5 7,5 5 2,5 200 10 1,2 73,2 18,7 16,7 8,7 10 5 2,5 2 0,01 1,2 158,4 28,8 9 1,2 25 25 25 25 200 50 50 50	18,00р. 20,00р. 18,00р. 25,00р. 12,5 150,00р. 130,43р. 79,00р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. - р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р.	0,90р. 0,90р. 0,48р. 0,31р. 0,38р. 1,3р. 0,65р. - р. 2,45р. 0,02р. 13,05р. 0,88р. 0,29р. 1,90р. 0,65р. 0,18р. 0,00р. 0,02р. 3,79р. 5,38р. 5,38р. 0,02р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 3,79р. 1,90р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 2,00р. 40,00р. 51,42р.	7,02р.	1,8	5	12,3	102	0	22,1	0,2	54,5	51,7	27,3	1,3
229	рыба тушеная в томате с овощами	100	сметана картофель минтай замороженный вода морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное сладкий перец лавровый лист соль для посола картофель молоко соль для посола соль для посола сладкий перец сладкий перец лимонной кислоты вода	1,2 90 90 18,7 23 19 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 210,6 28,8 9 1,2 20 20 20 20 200 50 50 50	1,2 73,2 145,00р. 13,05р. 18,7 16,7 8,7 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 158,4 28,8 9 1,2 25 25 25 25 200 50 50 50	245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. - р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р.	0,90р. 0,90р. 0,48р. 0,31р. 0,38р. 1,3р. 0,65р. - р. 2,45р. 0,02р. 13,05р. 0,88р. 0,29р. 1,90р. 0,65р. 0,18р. 0,00р. 0,02р. 3,79р. 5,38р. 5,38р. 0,02р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 3,79р. 1,90р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 2,00р. 40,00р. 51,42р.	7,02р.	1,8	5	12,3	102	0	22,1	0,2	54,5	51,7	27,3	1,3
312	пюре картофельное	180	сметана картофель молоко соль для посола соль для посола сладкий перец сладкий перец лимонной кислоты вода	1,2 90 90 18,7 23 19 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 210,6 28,8 9 1,2 20 20 20 20 200 50 50 50	1,2 73,2 145,00р. 13,05р. 18,7 16,7 8,7 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 158,4 28,8 9 1,2 25 25 25 25 200 50 50 50	245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. - р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р.	0,90р. 0,90р. 0,48р. 0,31р. 0,38р. 1,3р. 0,65р. - р. 2,45р. 0,02р. 13,05р. 0,88р. 0,29р. 1,90р. 0,65р. 0,18р. 0,00р. 0,02р. 3,79р. 5,38р. 5,38р. 0,02р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 3,79р. 1,90р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 2,00р. 40,00р. 51,42р.	7,02р.	1,8	5	12,3	102	0	22,1	0,2	54,5	51,7	27,3	1,3
349	котлет из мяса грудинки	200	сметана картофель молоко соль для посола соль для посола сладкий перец сладкий перец лимонной кислоты вода	1,2 90 90 18,7 23 19 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 210,6 28,8 9 1,2 20 20 20 20 200 50 50 50	1,2 73,2 145,00р. 13,05р. 18,7 16,7 8,7 10 10 5 2,5 2 0,01 1,2 158,4 28,8 9 1,2 25 25 25 25 200 50 50 50	245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. - р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р. 245,00р. 16,00р. 145,00р. 13,05р. 25,00р. 25,00р. 150,00р. 130,43р. 79,00р.	0,90р. 0,90р. 0,48р. 0,31р. 0,38р. 1,3р. 0,65р. - р. 2,45р. 0,02р. 13,05р. 0,88р. 0,29р. 1,90р. 0,65р. 0,18р. 0,00р. 0,02р. 3,79р. 5,38р. 5,38р. 0,02р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 3,79р. 1,90р. 2,69р. 1,38р. 0,08р. 2,00р. 40,00р. 51,42р.	7,02р.	1,8	5	12,3	102	0	22,1	0,2	54,5	51,7	27,3	1,3
итого за порцию				1512	1512	100,25р.	2,57р.	100,25р.	56,6	48,1	251,85	1481,8	1,74	72,87	0,47	224,92	607,68	339,34	17,03

ДЕНЬ ДВЕНАДЦАТЫЙ

№ рецепта	Продукты наименование блюда	масса порции	продукты	масса		Цена за 1 шт	сплошность		химический состав			энергетический состав		микроэлементы							
				брутто	нетто		Слошность	Слошность	белки	жиры	углеводы	клетчатка	ВТ	С	А	Са	Р	Мг	Fe		
210	салат из овощей	160/15	яйца	3	114,2	7,00р.	21,00р.	33,16р.	15,3	25,4	2,8	301,8	0,1	0	0,2	80	113,4	13,3	1,9		
			молоко или вода	41	41	-	-														
			масло сливочное	5,4	5,4	595,00р.	3,21р.														
			соль каменная	1,1	1,1	16,00р.	0,02р.														
			масло оливковое	15	15	595,00р.	8,93р.														
			масло кунжутное	63	63	87,89р.	5,52р.														
376	чай с сахаром	200/15	чай пакетный	50	50	40,00р.	2,00р.	1,20р.	3,95	0,5	24,2	116,9	0,1	0	0	19,2	42	16,5	0,25		
			чай сахарный	0,5	0,5	760,00р.	0,38р.	1,57р.	0,2	0	13,4	52	0,6	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5		
			вода	15	15	79,00р.	1,19р.														
Итого за прием пищи				160	160		41,44р.	20,17р.	28,73р.	45,03р.	517,5р.	0,29р.	5,76р.	0,2р.	113,68р.	219,9р.	32,2р.	3,65р.			
289	разук м.пшеница	250	овощи натуральные свежие или соевые (бурду)	63,1	60	70,00р.	4,42р.	4,42р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6		
			цуккини	40	30	18,00р.	0,72р.														
			кабачок	12,5	10	25,00р.	0,38р.														
			лук репчатый	16,1	12,5	25,00р.	0,38р.														
			томатная паста	2,5	2,5	150,00р.	0,38р.														
			масло растительное	5	5	130,43р.	0,65р.														
			вода	200	200	-	-														
			соль каменная	1	1	16,00р.	0,02р.														
			масло сливочное	192	136	184,00р.	35,33р.														
			масло растительное	4	4	130,43р.	0,52р.														
			картофель	150,5	120	18,00р.	2,88р.														
			масло сливочное	31,5	25,5	25,00р.	0,79р.														
			томатная паста	8	8	150,00р.	1,36р.														
			лук репчатый	18	15	25,00р.	0,45р.														
			масло растительное	6	6	130,43р.	0,78р.														
соль каменная	1,2	1,2	16,00р.	0,02р.																	
мука пшеничная	1,5	1,5	48,00р.	0,07р.																	
сахар	20	20	79,00р.	1,98р.																	
кислота лимонная	0,2	0,2	300,00р.	0,06р.																	
вода	200	200	-	-																	
хлеб пшеничный	50	50	40,00р.	2,00р.																	
хлеб ржаной	50	50	51,42р.	2,57р.																	
Итого за прием пищи																					
Итого за обед				860	860		97,30р.	55,52р.	62,18р.	120,28р.	1260,7р.	1,68р.	69,76р.	3,53р.	301,75р.	946р.	207,7р.	15,15р.			
Итого за день				1360	1360		147,74р.	106,84р.	122,46р.	194р.	77,4р.	0р.	12,36р.	0р.	115,46р.	42р.	18,5р.	1р.			
Итого за завтрак				50	50		1,20р.	0,39р.	0,5р.	24,2р.	116,9р.	0,1р.	0р.	0р.	11,5р.	42р.	16,5р.	1р.			
Итого за обед				860	860		96,10р.	55,13р.	61,68р.	119,02р.	1239,8р.	1,68р.	69,26р.	3,53р.	301,75р.	946р.	207,7р.	15,15р.			
Итого за ужин				50	50		1,20р.	0,39р.	0,5р.	24,2р.	116,9р.	0,1р.	0р.	0р.	11,5р.	42р.	16,5р.	1р.			
Итого за день				1360	1360		147,74р.	106,84р.	122,46р.	194р.	77,4р.	0р.	12,36р.	0р.	115,46р.	42р.	18,5р.	1р.			

- Разработано на основании:**
- Методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20
 - Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс 2015 год" под ред. М.П.Морозова, В.А.Трутьева
 - "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях "Дети плюс 2014 год" под ред. М.П.Морозова, В.А.Трутьева
 - "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" Уральского РЦП, под ред. Переловой А.Н., Пермь, 2011г.