

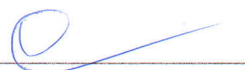
Андрienko H.A. «05» февраля 2023 г.

[illegible]

№ по с/б рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д. блюда г	Масса		Химический состав блюда				Вита- С	Цена, руб.
			брутто г	нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- г	Энерг. ценн. Ккал		

1 день										
22сб2006	Борщ капустный картофель- со сметаной салат	250,5			1,32	4,91	12,74	102,6	10,29	9,91
	с 01.07. по 31.12	30	40							
	с 01.01. по 30.06	53,3	40							
	капуста белокачанная	25	20							
	измельченная картофель	17,2	12							
	с 01.07. по 31.10	24,7	20							
	с 01.11. по 31.12	28,6	20							
	с 01.01. по 28-29.02	30,3	20							
	с 01.03. по 30.06	33,3	20							
	морковь									
	с 01.07. по 31.12	12,3	10							
	с 01.01. по 30.06	13,3	10							
	лук репчатый	12	10							
	томат	7,5	7,5							
	масло растительное	5	5							
	сахар	2,5	2,5							
	соль	2,5	2,5							
	вода или бульон	200	200							
	сметана	5	5							
27сб2006	Тефтели из говядины с соусом	100,50			13,13	20,33	22,93	353,33	1,02	51,62
	говядина мякоть	63,3	63,3							
	крупа рисовая	8,3	8,3							
	вода или бульон	10	10							
	лук репчатый	30	30							
	масло растительное	5	5							
	мука пшеничная	6,7	6,7							
	масло растительное	5	5							
	Сок №331		30							
	сметана	12,3	12,3							
	мука пшеничная	3,75	3,75							
	вода или бульон	37,3	37,3							
	томат	5	5							
	соль	1,5	1,5							
203сб2006	Макаронные отварные с маслом	130,5			9,7	6,07	32	225,5	0	3,01
	макаронные изделия	65	65							
	масло сливочное	5	5							
	соль	5	5							
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,41
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	1,5
495сб2021	Компот из сухофруктов	200			0,5	0,1	20,1	84	0,2	4,34
	сухофрукты	20	30							
	вода	205	200							
	сахар	10	10							
	лимонная кислота	0,2	0,2							
	Итого обед				30,65	32,02	112,33	398,03	11,51	76,19

Заведующая производством _____





Утверждаю

Директор МБОУ Лицея № 104

Андрисенко Н.А. «06» февраля 2024 г.

День 2 . Неделя: первая Сезон: зимний завтрак и обед .

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	229сб2005	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	58,04	204	14	7	7
	гор.блюдо	305сб2005	Рис припущенный	180	10,80	200	4	4	27
	гор.напиток	376сб2005	чай с лимоном	217	2,67	40	0	0	10
	фрукты	338сб2005	Бананы свежие	170	24,90	170	2	0	40
	хлеб	хлеб	Ржано-пшеничный	40	2,75	69	2	0	13

№ по с/б рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход из блюда г	Масса блюда г	Масса нетто г	Химический состав блюда			Вита С	Цена руб
					Белки	Жиры	Углеб	Энерг кал ккал	

2 день									
30-6-2012	Суп картофельный с крупой картофель	250			2,18	4,99	14,29	129,5	8,23
	с 01.07 по 31.10	100	73						
	с 01.11 по 31.12	107	73						
	с 01.01 по 31-12-02	115,4	73						
	с 01.03 по 30.06	123	73						
	морковь								
	с 01.07 по 31.12	12,5	10						
	с 01.01 по 30.06	13,3	10						
	пшеничный	12	10						
	крупы пшеница	3	3						
	масло растительное	2,5	2,5						
	соль	17,5	17,5						
	соль	2,5	2,5						
29-6-2008	Комплет рубленные из птицы	100			16,64	15,34	30,29	303,5	1,3
	курица потрошенная	123	74						
	шамп	18	18						
	использована	26	26						
	внутренний жир	4	4						
	пшеничный	10	10						
	масло растительное	6	6						
	соль	0,12	0,12						
13-6-2012	Рагу из овощей	180,5			2,15	11,1	19,4	262	9,52
	картофель								
	с 01.07 по 31.10	34,3	35,3						
	с 01.11 по 31.12	30,3	35,3						
	с 01.01 по 31-12-02	37,3	35,3						
	с 01.03 по 30.06	106	35,3						
	морковь								
	с 01.07 по 31.12	39	31						
	с 01.01 по 30.06	41,6	31						
	пшеничный	23,3	24						
	картофель	23,3	24						
	масло растительное	2,2	2,2						
	соль томатный №48		34						
	соль	34	34						
	масло сливочное	2,4	2,4						
	крупы пшеница	2,4	2,4						
	морковь								
	с 01.07 по 31.12	4,1	3,2						
	с 01.01 по 30.06	4,3	3,2						
	пшеничный	1,3	1,1						
	томат пюре	8	8						
	масло сливочное	0,34	0,34						
	соль	0,34	0,34						
	соль	0,34	0,34						
	соль	1,7	1,7						
	масло сливочное	5	5						
	крупы пшеница	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,41
	крупы пшеница	30	30	1,98	0,34	10,02	52,2	0	1,5
3-6-2008	Комплет из свеклы яблок	200			0,16	0	29	14,55	0,1
	свекла свежая	45,3	40						
	свекла	24	24						
	крупы пшеница	0,1	0,1						
	соль	17,2	17,2						
	Итого блюд:				25,49	31,49	111,49	969,3	19,57
									64,16

Заведующая производством _____


 Утверждаю
 Директор МБОУ лицей № 104
 Андриенко Н.А. «07» февраля 2024 г.



День 3 . Неделя: первая Сезон: зимний завтрак и обед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181сб200	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	13,49	184	3	4	21
	гор.напиток	397сб200	Какао с молоком	200	9,65	94	3	3	14
	фрукты	338сб200	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	8054	0	0	12
	хлеб		пшеничный	40	2,36	94	3	0	19
	сыр	15 сб200	российский	15	12,00	94	3	4	0
	масло	14сб200	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. 72,5%	10	7,55	66	0	7	0

№ по сб. рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д блюда г	Масса брутто о, г	Масса нетто, г	Химический состав блюд				Вита С	Цена, руб.
					Белки, г	Жиры, г	Углева, г	Энерг. ценн. Ккал.		

3 день										
34-сб2005	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5			3,54	5,1	14,53	153,25	6,29	10,27
	с 01.07 по 31.12		30	40						
	с 01.01 по 30.06		53,5	40						
	картофель									
	с 01.07 по 31.10		33,3	25						
	с 01.11 по 21.12		35,7	25						
	с 01.01 по 28-29.02		33,3	25						
	с 01.03 по 30.06		41,7	25						
	фасоль		10	10						
	морковь									
	с 01.07 по 31.12		12,5	10						
	с 01.01 по 30.06		13,3	10						
	петрушка(корень)		3,25	5						
	лук репчатый		12	10						
	томат-пюре		7,5	7,5						
	масло растительное		5	5						
	чеснок		1	0,75						
	сахар		1,5	1,5						
	кислота лимонная		0,125	0,125						
	вода		200	200						
	соль		2,5	2,5						
	сметана		5	5						
137-сб2005	Зразы рыбные с яйцом	100			10,33	13,47	11	259	0	25,92
	Рыба потрошенная обваляная		75	55						
	хлеб пшеничный		15	15						
	молоко или вода		21,5	21,5						
	Масса рыбная котлетная			88,4						
	Фарш									
	лук репчатый		21,5	13,3						
	масло растительное		3,3	3,3						
	крупа рисовая		3,3	3,3						
	яйца		1,5 шт	8,3						
	Масса фарша			27,6						
	суперпанировочные		5	5						
	масло растительное		3,3	3,3						
	соль		2	2						
310-сб2005	Картофель отварной с маслом	180,5			4,5	5	23,9	220,2	2433	14,49
	картофель									
	с 01.07 по 31.10		240	130						
	с 01.11 по 21.12		257	130						
	с 01.01 по 28-29.02		277	130						
	с 01.03 по 30.06		300	130						
	Масса вареного картофеля			174,5						
	масло сливочное		5	5						
	соль		1,7	1,7						
70-сб2005	Овощи натуральные соленные	60			0,43	0,12	1,92	10,3	3,16	7,26
	Огурцы соленные		45	60						
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	1,5
495-сб2011	Компот из сухофруктов	200			0,5	0,1	20,1	84	0,2	4,34
	сухофрукты		20	50						
	вода		203	200						
	сахар		10	10						
	кислота лимонная		0,2	0,2						
	Итого блюд:				24,30	29,65	100,96	860,95	36,03	65,39

Заведующая производством _____

Андр



Директор МБОУ лицея № 104
Андрienko Н. А. «08» февраля 2024 г.

День 4. Неделя: первая Сезон: зимний завтрак и обед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291с62005	Плов из птицы	300	51,40	574	27	30	57
	гор.напиток	392с62012	Чай с сахаром	210	1,42	38	0	0	15
	хлеб		Ржано-пшеничный	40	2,75	70	3	0	13
	фрукты	341с62005	апельсины свежие калиброванные	160	21,74	132	1	0	31

№ по сб. рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д. блюда г	Масса брутто г	Масса нетто г	Химический состав блюда				Выход С	Цена, руб.
					Белки, г	Жиры, г	Углева- г	Энерг. ценн. Ккал.		

4 день										
100сб2005	Суп картофельный с бобовыми картофель	250			9.49	9.27	14.92	134.75	5.81	7.02
	с 01.07 по 31.10		66.7	50						
	с 01.11 по 21.12		71.4	50						
	с 01.01 по 28-29.02		77	50						
	с 01.03 по 30.06		83.3	50						
	морковь									
	с 01.07 до 31.12		12.5	10						
	с 01.01 до 30.06		13.3	10						
	горох		20.3	20						
	лук репчатый		12	10						
	петрушка		3.25	3						
	масло растительное		5	5						
	бульон из воды		17.5	17.5						
	соль		2.5	2.5						
190сб2005	Птица, тушенная в соусе	100/60			26.4	29.8	3	230	0.01	45.73
	цыпленок-бройлер		172.3	142						
	масло растительное		4	4						
	Соус №331:			60						
	томатная паста		6	6						
	бухта		4.5	4.5						
	сметана		15	15						
	вода		45	45						
	соль		2	2						
305сб2005	Рис припущенный	180			3.64	4.3	26.57	200	0	10.26
	крупа рисовая		63	63						
	вода		132.5	132.5						
	масло сливочное		6	6						
	соль		1.8	1.8						
70сб2005	Овощи натуральные соевые	60			0.48	0.12	1.92	103	3.16	7.26
	Соевый соевый		66	60						
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2.37	0.3	14.43	70.5	0	1.41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1.33	0.35	10.02	52.2	0	1.5
342сб2005	Компот из свежих яблок	200			0.15	0	25	146.5	0.1	5.56
	яблоки свежие		45.5	40						
	Сахар		24	24						
	Кипяток лимонная		0.2	0.2						
	Вода		172	172						
	Итого обед:				40.52	40.15	106.42	344.85	9.08	78.74

Заведующая производством _____

Андреев

Директор МБОУ лицея № 104
Андреев И.А. «09» февраля 2024 г.



День 5. Неделя: первая Сезон: зимний завтрак и обед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223сб2005	Запеканка из творога со сгущенным молоком	160	71,28	397	26	20	50
	гор.напиток	459сб202	чай с лимоном	210	2,67	40	0	0	10
	хлеб		пшеничный	40	2,36	94	3	0	19
	фрукты	338сб2005	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	80	0	0	12

№ по сб. рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д. блюда г	Масса брутто г	Масса нетто г	Химический состав блюд					Вита С	Цена, руб.
					Белки г	Жиры г	Углева. г	Энерг. калл. ккал.			

Блюда										
90сб2005	Рассольник ленинградский	250			2	5.1	16.93	143.9	7.54	3.43
	картофель									
	с 01.07. по 31.10		100	75						
	с 01.11. по 31.12		107	75						
	с 01.01. по 31.03.02		113.4	75						
	с 01.03. по 30.06		125	75						
	морковь									
	с 01.07. по 31.12		12.3	10						
	с 01.01. по 30.06		13.3	10						
	лук репчатый		5	5						
	крупа рисовая		5	5						
	специи соевые		16.75	15						
	масло растительное		5	5						
	вода или бульон		137.5	137.5						
	соль		2.5	2.5						
347сб2021	Бюфет "Школьная"	100			15.3	11	13.3	263	0	44.93
	говядина без кости		41.7	40						
	птица потрошенная		53	33						
	молочо или вода		20	20						
	Хлеб пшеничный		17	17						
	сухари панировочные		10	10						
	масло растительное		4	4						
	соль		0.4	0.4						
	масло л.ф			125						
203сб2005	Микронизаторные с маслом	180.5			5.7	6.07	32	225.5	0	3.01
	макаронные изделия		63	63						
	масло сливочное		5	5						
	соль		3	3						
	Хлеб пшеничный	30	30	30	23.7	0.3	14.49	70.5	0	1.41
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1.94	0.35	10.02	32.2	0	1.3
486сб2021	Композит сух.фруктов	200			0.5	0.1	20.1	34	0.2	43.4
	сухофрукты		20	50						
	вода		205	200						
	сахар		10	10						
	ингредиенты		0.2	0.2						
	Итого общ:				27.95	22.93	106.84	844.1	7.74	63.67

Заведующая производством