[illegible]

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

6 день										
82св2012	Суп картофельный с микронными изделиями	250			2,63	2,54	17,14	104,75	825	6,7
	картофель									
	с 01.07. по 31.10.		100	75						
	с 01.11. по 21.12.		107	75						
	с 01.01. по 28-29.02.		115,4	75						
	с 01.03. по 30.06		125	75						
	морковь									
	с 01.07. до 31.12.		12,5	10						
	с 01.01. до 30.06		13,3	10						
	лук репчатый		12	10						
	вермишель		10	10						
	масло растительное		2,5	2,5						
	вода или бульон		175	175						
	соль		2,5	2,5						
268св2005	Котлеты из говядины	100			15,55	11,55	15,7	238,75	0,15	53,18
	говядина без кости		100	74						
	хлеб пшеничный		18	18						
	молоко или вода		24	24						
	лукари		10	10						
	масло п.ф			124						
	масло растительное		5	5						
	соль		1	1						
171св2005	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180,5			10,63	7,18	47,77	316	0	13,47
	крупа гречневая		85,2	85,2						
	соль		1,5	1,5						
	масло сливочное		5	5						
	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
358св2005	Кисель из сока	200			0,57	0,06	30,2	103,6	1,1	7,46
	сок плодово-ягодный		60	60						
	сахар		24	24						
	крахмал		10	10						
	вода		140	140						
	Итого обед:				33,78	22,29	135,32	885,8	9,5	83,72

Заведующая производством _____



Утверждаю

г-ор МБОУ лицей №10

Н.А. «23» апреля 2024

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
СТАВРОПОЛЬСКИЙ КРАЙ, г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ЛИЦЕЙ №10
ДЛЯ
ДОКУМЕНТОВ
ИЗДАНИЕ
* * * * *
ИНН 2830007809, ОГРН 1022601432080 *

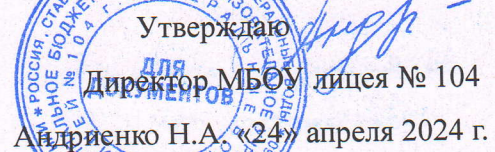
День 7. Неделя: вторая Сезон: весенний завтрак и обед.

[illegible]

№ 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, Жиры, г, г	Углева, г	Энерг. цели, ккал		

7 день									
83:сб 2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5			1,82	4,91	12,74	1025	10,29 9,31
	сметана								
	с 01.07. до 31.12.		50	40					
	с 01.01. до 30.06.		53,3	40					
	капуста белокочанная		25	20					
	огурцы свежие		17,2	12					
	картофель								
	с 01.07. до 31.12.		26,7	20					
	с 01.01. до 31.12.		28,6	20					
	с 01.01. до 28-29.02.		30,8	20					
	с 01.03. до 30.06.		33,3	20					
	морковь								
	с 01.07. до 31.12.		12,5	10					
	с 01.01. до 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					
291:сб 2005	Плов из пшеницы	100/200			27,38	30,44	57,31	573,75	0,08 51,03
	птица потрошенная		165	145					
	масло растительное		14	14					
	морковь								
	с 01.07. до 31.12.		20	16					
	с 01.01. до 30.06.		21,3	16					
	лук репчатый		16	14					
	томатное пюре		10	10					
	крупа рисовая		70	70					
	соль		3	3					
	Хлеб пшеничный	40	40	40	3,16	0,4	19,32	94	0 1,88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0 1,5
342:сб 2005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	146,6	0,1 5,56
	яблоки свежие		45,3	40					
	Сахар		24	24					
	Кислота лимонная		0,2	0,2					
	Вода		172	172					
	Итого обед:				34,5	36,11	128,39	969,05	10,47 69,28

Заведующая производством _____



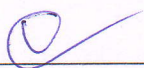
День 8. Неделя: вторая Сезон: весенний завтрак и обед.

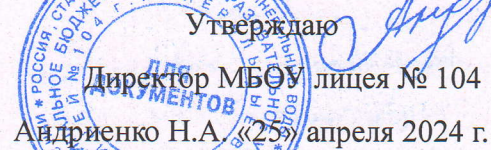
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	282сб2003	Котлеты из говядины	100	56,55	239	16	12	16
	гор.напиток	459сб2003	чай с лимоном	210	2,67	40	0	0	10
	хлеб		пшеничный	40	2,36	94	3	0	20
	гарнир	203сб2003	Макароны отварные с маслом	185	8,63	225	6	6	32

№ по с/б 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.	

8 день									
108,109 с/б	Суп картофельный с клецками	250			2,06	3,1	12,58	124,5	5,75 8,52
	картофель								
	с 0107. по 3110		66,7	50					
	с 0111. по 3112		71,4	50					
	с 0101. по 3000		77	50					
	с 0103. по 3000		83,3	50					
	морковь								
	с 0107. по 3112		12,5	10					
	с 0101. по 3000		13,3	10					
	пастушка(морена) или морковь		3,25	2,5					
	лук репчатый		12	10					
	масло растительное		2,5	2,5					
	яйца:			65					
	булка пшеничная		20	20					
	масло сливочное		2,25	2,25					
	квас		1,6,5шт	6,25					
	вода		31,4	31,4					
	соль		0,6	0,6					
	вода или бульон		187,5	187,5					
	соль		2,5	2,5					
281 с/б 2012	Котлеты рубленные, запеченные с	100			11,64	12,9	9,98	263,5	0,11 48,1
	говядина (котлетное мясо)		71,3	50					
	хлеб пшеничный		13,3	13,3					
	молоко или вода		16,3	16,3					
	котлетная масса			81					
	Соль №321:			37,5					
	молоко		13,3	13,3					
	масло сливочное		4	4					
	булка пшеничная		4	4					
	вода		13,3	13,3					
	соль		0,3	0,3					
	масло сливочное		6,25	6,25					
	сыр		3,6	3,3					
	Масса п.ф			127,5					
	Масса заливочной котлеты			100					
208 с/б 2005	Макароны отварные с маком	180,5			5,7	6,07	32	223,5	0 8,01
	макаронные изделия		63	63					
	масло сливочное		5	5					
	соль		3	3					
70 с/б 2005	Овощи натуральные соленные	60			0,48	0,12	1,92	10,8	3,16 7,26
	Огурец соленый		66	60					
	Хлеб пшеничный	40	40	40	3,16	0,4	19,22	94	0 1,88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0 1,5
485 с/б 2021	Компот из сухофруктов	200			0,6	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 обед				25,62	23,05	106,92	864,50	9,22 79,61

Заведующая производством _____





Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	240сб2012	Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным	160	62,72	314	20	16	29
	гор.напиток	395сб2012	Кофейный напиток	200	9,07	88	3	3	14
	хлеб		Ржано-пшеничный	40	2,75	70	3	0	14
	фрукты	338сб2005	Бананы свежие	170	24,90	170	3	0	40

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

102св2005	Суп картофельный с бобовыми	250			5,49	5,27	16,32	189,7	5,81	7,02
	картофель									
	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 по 31.12		12,5	10						
	с 01.01 по 30.06		13,3	10						
	горох		20,3	20						
	лук репчатый		12	10						
	петрушка		3,25	3						
	масло растительное		5	5						
	бульон или вода		175	175						
	соль		2,5	2,5						
294св2005	Биточки рубленные из птицы	100			16,64	15,34	30,29	308,5	1,3	32,12
	куры потрошенные		123	74						
	хлеб		18	18						
	молоко или вода		26	26						
	внутренний жир		4	4						
	суперы панировочные		10	10						
	масло растительное		6	6						
	соль		0,12	0,12						
321св2005	Калуста тушеная	180			3,76	6,67	17,3	244	29,9	16,51
	капуста белокачанная		258	206,3						
	масло растительное		6,3	6,3						
	морковь									
	с 01.09 по 31.12		4,5	3,6						
	с 01.01 по 31.08		4,8	3,6						
	лук репчатый		8,6	7,2						
	томатное пюре		10,8	10,8						
	уксус лимонный		0,12	0,12						
	мука пшеничная		2,2	2,2						
	сахар		5,4	5,4						
	соль		1,5	1,5						
	лавровый лист		0,018	0,018						
	Хлеб пшеничный	40	40	40	3,16	0,4	19,32	94	0	1,88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	1,5
457св2021	Чай с сахаром	200/10			0,2	0,1	9,3	38	0	1,31
	чай вс		1	1						
	вода		216	200						
	сахар		10	10						
	Итого обед:				31,23	28,14	102,55	926,4	37,01	60,34

Заведующая производством _____



Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андрисенко Н.А. «26» апреля 2024 г.

День 10. Неделя: вторая Сезон: весенний завтрак и обед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	294сб2003	Котлета рубленая из птицы	100	32,49	308	17	15	30
	гор.напиток	457сб2021	чай с сахаром	210	1,42	38	0	0	9
	хлеб	хлеб	пшеничный	46	2,71	108	4	0	22
	гарнир	171сб2003	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	185	10,18	316	11	7	48
	фрукты	338сб2003	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	80	0	0	12

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

10 день									
88сб 2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной капуста бланшированная картофель	250/5	62,5	50	1,74	4,89	92	144,75	18,47 8,80
	с 01.07. по 31.10		40	30					
	с 01.11. по 21.12		43	30					
	с 01.01. по 28-29.02		46,2	30					
	с 01.03. по 30.06		50	30					
	морковь								
	с 01.07. по 31.12		15,6	12,5					
	с 01.01. по 30.06		16,7	12,5					
	лук репчатый		12	10					
	томатное пюре		2,5	2,5					
	масло растительное		5	5					
	вода или бульон		200	200					
	соль		2,5	2,5					
	сметана		5	5					
129сб 2005	Рыба тушеная с овощами в томате	100/50			14,3	7,8	7,2	204	145 47,46
	рыба потрошен обвал.		162	122					
	вода		38	38					
	морковь								
	до 01.01		22,5	18					
	с 01.01		24	18					
	петрушка (корень)		6	4					
	лук репчатый		10	8					
	масло растительное		5	5					
	томат		10	10					
	лимонная кислота		0,2	0,2					
	соль		0,5	0,5					
	сахар		2	2					
	лист лавровый		0,03	0,03					
	соль		1,5	1,5					
	масса готовой рыбы с овощами			130					
910сб 2005	Картофель отварной с маслом картофель	180/5			4,5	5	28,9	220,2	26,38 14,69
	с 01.07. по 31.10		240	180					
	с 01.11. по 21.12		257	180					
	с 01.01. по 28-29.02		277	180					
	с 01.03. по 30.06		300	180					
	Масса вареного картофеля			174,5					
	масло сливочное		5	5					
	соль		1,7	1,7					
	Хлеб пшеничный	32	32	32	2,53	0,32	15,45	72,46	0 1,65
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	30	1,98	0,34	10,02	52,2	0 1,5
942сб 2005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	116,6	0,1 5,56
	яблоки свежие		45,3	40					
	Сахар		24	24					
	Кислота лимонная		0,2	0,2					
	Вода		172	172					
	Итого обед:				25,21	18,37	99,77	810,21	46,4 79,66

Заведующая производством _____