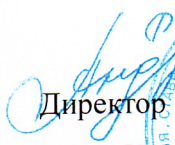



№ по св. рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д. блюда г	Масса брутто о. г	Масса нетто. г	Химический состав блюд				Вита С	Цена руб.
					Белки г	Жиры г	Углев. г	Энерг. ц. ккал		

1 день										
82св2005	Борщ с капустой и картофелем со сметаной свежая	250,5			1,82	4,91	12,74	102,5	10,29	9,31
	с 01.07 по 31.12		50	40						
	с 01.01 по 30.06		53,3	40						
	капуста белокочанная		25	20						
	или квашеная		17,2	12						
	картофель		24,7	20						
	с 01.07 по 31.10		28,6	20						
	с 01.11 по 21.12		30,3	20						
	с 01.01 по 28-29.02		33,3	20						
	с 01.03 по 30.06									
	морковь		12,5	10						
	с 01.07 по 31.12		13,3	10						
	с 01.01 по 30.06									
	лук репчатый		7,5	7,5						
	томат		5	5						
	масло растительное		2,5	2,5						
	сахар		2,5	2,5						
	соль		200	200						
	вода или бульон		5	5						
	сметана		65,9	63,3	18,18	20,88	22,98	353,33	1,02	51,62
279св2005	Тефтели из говядины с соусом	100,50								
	говядина мякоть		8,3	8,3						
	крупа рисовая		10	10						
	вода или бульон		35	30						
	лук репчатый		5	5						
	масло растительное		6,7	6,7						
	мука пшеничная		5	5						
	масло растительное		50	50						
	Соус №331		12,5	12,5						
	сметана		3,75	3,75						
	мука пшеничная		37,5	37,5						
	вода или бульон		5	5						
	томат		1,5	1,5						
	соль				5,7	6,07	32	228,5	0	8,01
209св2005	Макаронные отварные с соусом	180,5								
	макаронные изделия		63	63						
	масло сливочное		5	5						
	соль		30	30						
	Хлеб пшеничный		30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный		30	30	1,98	0,36	10,01	52,2	0	1,5
493св2021	Компот из сухофруктов	200			0,6	0,1	201	84	0,2	434
	сухофрукты		200	200						
	вода		10	10						
	сахар		0,2	0,2						
	масшта лимонная				30,66	32,62	112,33	583,03	11,51	7619
	Итого обед									

Заведующая производством _____




 Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «19» марта 2024 г.



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

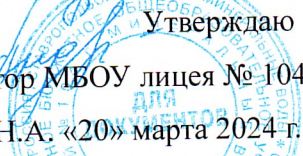
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	229сб2005	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	58,04	204	14	7	7
	гор.блюдо	305сб2005	Рис припущенный	180	10,80	200	4	4	27
	гор.напиток	376сб2005	чай с лимоном	217	2,67	40	0	0	10
Завтрак	фрукты	338сб2005	Бананы свежие	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 д блюда г	Масса брутто о, г	Масса нетто, г	Химический состав блюд			Вита С	Цена руб
					Белки, г	Жиры, г	Углева г		

2 день											
80сб2012	Суп из картофеля с крутой картофель	250				2,18	4,39	14,29	129,5	825	6,37
	с 01.07 по 31.10	100		73							
	с 01.11 по 31.12	107		73							
	с 01.01 по 28-29.02	115,4		73							
	с 01.03 по 30.06	113		73							
	морковь										
	с 01.07 по 31.12	12,5		10							
	с 01.01 по 30.06	13,3		10							
	лук репчатый										
	лук репчатый			12							
	крупа пшеница			5							
	масло растительное			2,3							
	вода			17,5							
	соль			2,5							
84сб2006	Котлета рубленные из птицы кури потрошенные	100				15,64	15,64	30,29	308,5	1,5	62,12
	яйцо			18							
	молоко или вода			26							
	внутренний жир			4							
	кури потрошенные			10							
	масло растительное			6							
	соль			0,12							
137сб2012	Рагу из овощей	180,5				2,15	11,1	13,4	262	992	17,2
	картофель										
	с 01.07 по 31.10	84,8		69,6							
	с 01.11 по 31.12	90,8		69,6							
	с 01.01 по 28-29.02	97,8		69,6							
	с 01.03 по 30.06	106		69,6							
	морковь										
	с 01.07 по 31.12	39		31							
	с 01.01 по 30.06	41,6		31							
	лук репчатый			28,8							
	капуста свежая			29,5							
	масло растительное			7,2							
	Сок томатный №48										
	вода			54							
	Масло сливочное			2,4							
	лук репчатый			2,4							
	морковь										
	с 01.07 по 31.12	41		32							
	с 01.01 по 30.06	43		32							
	лук репчатый			1,8							
	томат пюре			8							
	Масло сливочное			0,84							
	сахар			0,54							
	соль			0,34							
	соль			1,7							
	масло сливочное			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	
842сб2003	Компот из свежих яблок	200				0,16	0	29	146,5	0,1	5,56
	Яблоки свежие			46,3							
	сахар			24							
	Ароматизаторы			0,2							
	вода			172							
	Итого блюд					25,48	31,49	111,49	969,3	19,27	64,16

Заведующая производством _____




 Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «20» марта 2024 г.

День 3 . Неделя: первая Сезон: весенний 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