[illegible]

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

1 день										
32:6:2006	Борщ с клуистой картофелем со сметаной	250.5			1.82	4.91	12.74	102.5	10.29	9.91
	с 01.07 по 31.12	30	40							
	с 01.01 по 30.06	33.3	40							
	картофель белокочанный	25	20							
	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							
27:9:6:2006	Тефтели из говяжьих с соусом	100/50			18.18	20.38	22.93	353.55	1.02	51.62
	говядина мякоть	65.9	65.9							
	крупа рисовая	8.3	8.3							
	вода или бульон	10	10							
	лук репчатый	35	30							
	масло растительное	5	5							
	масло сливочное	5.7	5.7							
	масло растительное	5	5							
	Соус №311		30							
	сметана	12.3	12.3							
	масло сливочное	5.75	5.75							
	вода или бульон	37.5	37.5							
	томат	5	5							
	соль	1.5	1.5							
203:6:2006	Макаронь отварные с маслом	130.5			5.7	5.7	32	225.5	0	3.01
	макаронные изделия	63	63							
	масло сливочное	5	5							
	соль	5	5							
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2.37	1.3	14.43	71.3	0	1.41
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	30	30	1.34	0.14	13.11	62.1	0	1.3
46:5:6:2011	Компот из сухофруктов	200			0.3	0.1	20.1	54	0.2	43.4
	сухофрукты	20	50							
	вода	200	200							
	сахар	10	10							
	кислота лимонная	0.2	0.2							
	Итого обед				30.65	32.62	112.33	883.03	11.51	76.19

Заведующая производством _____





— Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андриенко И.А. «20» 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	229сб2003	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	58,04	204	14	7	7
	гор.блюдо	305сб2003	Рис припущенный	180	10,80	200	4	4	27
	гор.напиток	376сб2003	чай с лимоном	217	2,67	40	0	0	10
	фрукты	338сб2003	Бананы свежие	170	24,90	170	2	0	40
	хлеб	хлеб	Ржано-пшеничный	40	2,75	69	2	0	13

№ по с/в рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д блюда г	Масса	Масса	Химический состав блюда			Энерг типа ккал	Вита С	Цена руб
			брутто	нетто	Вален	Жиры	Углеб			
			г	г	г	г	г			

2 день										
804:62012	Суп картофельный с крупой	250			2,18	439	1429	129,5	829	6,97
	картофель									
	с 0107 по 3110		100	73						
	с 0111 по 3112		10	3						
	с 0101 по 28-29-02		113,4	73						
	с 0103 по 3006		129	73						
	морковь									
	с 0107 по 3112		12,6	10						
	с 0101 по 3006		19,3	10						
	пук репчатый		12	10						
	крупы пшеница		5	5						
	масло растительное		2,5	2,5						
	вода		173	173						
	соль		2,3	2,3						
294:62005	Котлеты рубленные из птицы	100			16,94	16,94	30,09	30,55	1,3	33,12
	курица потрошенная		123	74						
	яйца		13	13						
	масло сливочное		24	24						
	внутренний жир		4	4						
	суперфосфориче		10	10						
	масло растительное		5	5						
	соль		0,12	0,12						
137:62012	Рис из овощей	180,5			2,15	11,1	13,4	292	9,92	17,2
	картофель									
	с 0107 по 3110		34,3	43,4						
	с 0111 по 3112		90,3	43,4						
	с 0101 по 28-29-02		87,3	43,4						
	с 0103 по 3006		106	43,4						
	морковь									
	с 0107 по 3112		39	31						
	с 0101 по 3006		41,6	31						
	пук репчатый		28,3	24						
	капуста свежая		29,6	24						
	масло растительное		12	12						
	Соль поваренная №48			34						
	вода		34	34						
	Масло сливочное		24	24						
	крупы пшеница		24	24						
	морковь									
	с 0107 по 3112		41	32						
	с 0101 по 3006		43	32						
	пук репчатый		1,3	1,1						
	содовый порошок		5	5						
	Масло сливочное		0,34	0,34						
	сахар		0,34	0,34						
	соль		0,34	0,34						
	вода		1,7	1,7						
	масло сливочное		5	5						
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,3	2	1,41
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	30	30	1,98	0,36	11,02	52,2	2	1,5
342:62005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	14,45	0,1	6,55
	яблоки свежие		48,3	40						
	сахар		24	24						
	ванилин		0,2	0,2						
	вода		172	172						
	Итого обед:				25,48	31,49	111,49	969,3	19,57	64,16

Заведующая производством _____



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104
Андрисенко Г.А. «21» февраля 2024 г.

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

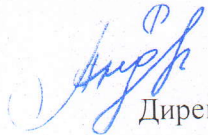
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181сб200	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	13,49	184	3	4	21
	гор.напиток	397сб200	Какао с молоком	200	9,65	94	3	3	14
	фрукты	338сб200	Яблоки свежие калиброванные	120	11,22	8054	0	0	12
	хлеб		пшеничный	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 с/б рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход д блюда г	Масса		Химический состав блюда			Вита С	Цена руб
			брутто	нетто	Белки	Жиры	Углеб		
			г	г	г	г	г		

3 день									
34-62005	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250 г			3,54	5,1	14,59	143,25	6,29 10,27
	сметана								
	с 01.07 по 31.12		50	40					
	с 01.01 по 30.06		50,5	40					
	картофель								
	с 01.07 по 31.10		33,3	25					
	с 01.11 по 31.12		35,7	25					
	с 01.01 по 29-29.02		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	3					
	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					
37-62005	Зразы рыбные с яйцом	100			10,53	13,57	11	255	0 25,52
	Рыба мороженая обваляная		75	55					
	хлеб пшеничный		15	15					
	молоко или вода		21,5	21,5					
	Масса рыбная котлетная			53,4					
	Фарш								
	лук репчатый		21,5	13,3					
	масло растительное		3,3	3,3					
	крупа рисовая		1,5	3,3					
	яйца		1,5 шт	3,3					
	Масса фарша			25,5					
	суперпанировочные		5	5					
	масло растительное		3,3	3,3					
	соль		1	1					
310-62005	Картофель отварной с мясом	150 г			4,5	5	23,9	220,2	24,33 14,52
	картофель								
	с 01.07 по 31.10		240	130					
	с 01.11 по 31.12		257	130					
	с 01.01 по 29-29.02		277	130					
	с 01.03 по 30.06		300	130					
	Масса вареного картофеля			174,5					
	масло сливочное		5	5					
	соль		1,7	1,7					
70-62005	Овощи натуральные соленные	50			0,45	0,12	1,92	10,3	3,15 7,26
	Огурец соленный		50	50					
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,37	2,3	14,45	70,5	0 1,41
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	30	30	1,95	0,59	11,02	52,0	1 1,5
495-62021	Компот из сухофруктов	200			0,5	0,1	20,1	34	1,1 4,34
	сухофрукты		20	50					
	вода		200	200					
	сахар		10	10					
	кислота лимонная		0,2	0,2					
	Итого обед:				24,30	29,65	100,96	860,95	36,03 65,39

Заведующая производством





 Утверждаю
 Директор МБОУ Лицей № 104
 Андриенко Н.А. 22 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	291сб2005	Плов из птицы	300	51,40	574	27	30	57
	гор.напиток	392сб2013	Чай с сахаром	210	1,42	38	0	0	15
	хлеб		Ржано-пшеничный	40	2,75	70	3	0	13
	фрукты	341сб2005	апельсины свежие калиброванные	160	21,74	132	1	0	31

№ 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	Ветлин	Жиры	Углеб	Энерг ион ккал		

4 день										
102сб2005	Суп картофельный с бобовыми картофель	250			5.49	5.27	14.52	134.75	5.81	7.02
	с 01.07 по 31.10		66.7	50						
	с 01.11 по 31.12		71.4	50						
	с 01.01 по 28-29.02		77	50						
	с 01.03 по 30.06		82.3	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		17.5	17.5						
	соль		2.5	2.5						
290сб2005	Пшеница, тушеная в соусе	100-50			25.4	25.3	3	231	2.01	49.73
	шампань-бройлер		172.3	142						
	масло растительное		4	4						
	Соус №331			50						
	томатная паста		6	6						
	мука		4.3	4.3						
	сметана		15	15						
	вода		45	45						
	соль		2	2						
306сб2005	Рис парашенный	180			3.54	4.3	25.57	200	0	10.26
	крупа рисовая		43	43						
	вода		132.5	132.5						
	масло сливочное		5	5						
	соль		1.3	1.3						
70сб2005	Овощи натуральные соленные	50			0.48	0.12	1.52	10.3	3.15	0.25
	Огурец соленый		35	30						
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2.37	0.3	14.45	70.3	0	1.41
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	30	30	1.93	0.35	10.02	52.2	0	1.3
342сб2005	Компот из свежих яблок	200			0.15	0	25	145.5	0.1	5.55
	яблоки свежие		45.3	40						
	Сахар		24	24						
	Кислота лимонная		0.2	0.2						
	Вода		172	172						
	Итого обед:				40.52	40.15	106.42	844.85	9.08	78.74

Заведующая производством _____