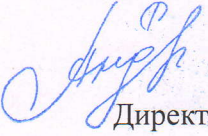


Утверждаю
Директор МБОУ лицея № 104
Андрюченко Н.А. «19» мая 2025 г.



День 6 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

№ по с/р рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюда				Витаминный			Минер. вещества	Цена, руб.
					Белки, г	Жиры, г	Углеб. г	Энерг. ценность, Ккал	B1	B2	C	Ca	Fe
82с02012	Суп картофельный с макаронными изделиями и картофелем	250			2,68	2,84	17,14	104,75			8,25		7,13
	с 01.07. по 31.10.		100	75									
	с 01.11. по 31.12.		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									
268с02005	Котлеты из говядины	100			15,55	11,55	15,7	238,75	0,064	0,096	0,15	16,8	1,2
	говядина без кости		77	74									
	хлеб пшеничный		18	18									
	молоко или вода		24	24									
	сахар		10	10									
	масло сливочное		6	6									
	соль		1	1									
171с02005	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180,5			10,63	7,18	47,77	316			0		8,62
	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	0,044	0,012	0		2
	Хлеб ржанопшеничный	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,06	0,03	0	19,2	20
388с02005	Напиток из плодов шиповника	200			0,68	0,28	20,75	143,8	0	0	10	12	0,8
	плоды шиповника		20	20									
	сушеные сахар		20	20									
	вода		200	200									
	Итого обед:				33,99	22,51	125,87	926	0,1084	0,1291	18,4	48,0	87,2


 Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «20» мая 2025 г.

День 7 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

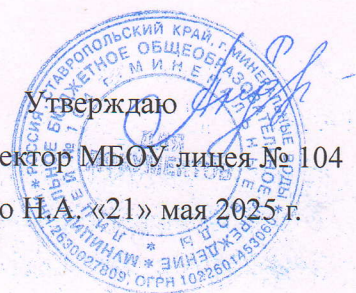
№ по сортировке	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюда				Витамины			Минералы		Цена, руб.
					Белки, г	Жиры, г	Углевы. г	Энерг. ценность, Ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	

82с:6:2005	Борис капуста и картофель со сметаной	250,5			1,82	4,91	12,74	102,5			10,29			9,75
	с 01.07.20													
	31.12	50	40											
	с 01.01.20													
	30.06	53,3	40											
	капуста белокочанная	25	20											
	или квашеная	17,2	12											
	картофель													
	с 01.07.20													
	31.10	26,7	20											
	с 01.11.20													
	31.12	28,6	20											
	с 01.01.20													
	28-29.02	30,8	20											
	с 01.03.20													
	30.06	33,3	20											
	морковь													
	с 01.07.20													
	31.12	12,5	10											
	с 01.01.20													
	30.06	13,3	10											
	лук репчатый	12	10											
	помид	7,5	7,3											
	масло растительное	5	5											
	сахар	2,5	2,3											
	соль	2,5	2,3											
	вода или бульон	200	200											
	сметана	5	5											
291с:6:2005	Плов из птицы по-татарски	100-200			27,38	30,44	57,31	573,75			0,08			53,04
	плов по-татарски	165	145											
	масло растительное	14	14											
	морковь													
	с 01.07.20													
	31.12	20	16											
	с 01.01.20													
	30.06	21,3	16											
	лук репчатый	16	14											
	помидорное пюре	10	10											
	крупа рисовая	70	70											
	соль	2	2											
	Хлеб пшеничный	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,044	0,012	0				2
	Хлеб пшеничный	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,06	0,03	0	19,2	20		1,92
	Ваниль свежая	150	150	2,25	0,75	31,5	141,75	18	0,02	15	15	1,9		21,24
342с:6:2005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	146,6			0,1			6,27
	яблоко свежее	45,3	40											
	Сахар	24	24											
	Кислота лимонная	0,2	0,2											
	Вода	172	172											
	Итого:				35,96	36,76	155,06	1087,3	0,066666	0,006666	25,47	0,000000	0,000000	94,22

Утверждаю

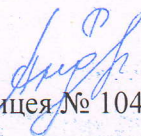
Директор МБОУ лицея № 104

Андрienко Н.А. «21» мая 2025 г.



День 8 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

№ по сб. рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюда				Витамины, мг		Минералы, г	Цена, руб.		
					Белки, г	Жиры, г	Углевы. г	Энерг. ценность, Ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	
108.109-08 2005	Суп картофельный с пассированным картофелем	250			2,06	3,1	12,58	124,5			5,75	35	1,25	9,05
	« 01.07 по 31.10		66,7	50										
	« 01.11 по 31.12		71,4	50										
	« 01.01 по 28-29.02		77	50										
	« 01.03 по 30.06		83,3	50										
	морковь													
	« 01.07 по 31.12		12,5	10										
	« 01.01 по 30.06		13,3	10										
	пшеница (крупяная)													
	морковь		3,25	2,5										
	пшеница		12	10										
	масло растительное		2,5	2,5										
	картофель													
	пшеница													
	масло сливочное		20	20										
	пшеница													
	пшеница		2,25	2,25										
	пшеница		1,6	1,6										
	пшеница		31,4	31,4										
	пшеница		0,6	0,6										
	пшеница		187,5	187,5										
	пшеница		2,5	2,5										
281-6-2012	Котлеты рыбные, запеченные с картофелем	100			11,64	12,9	9,98	263,5			0,11			51,13
	картофель		34,2	50										
	пшеница		13,8	13,8										
	пшеница		16,3	16,3										
	пшеница		31											
	пшеница		10,8	18,0										
	пшеница		4	4										
	пшеница		4	4										
	пшеница		18,8	18,8										
	пшеница		0,3	0,3										
	пшеница		6,25	6,25										
	пшеница		3,6	3,3										
	пшеница			127,5										
	пшеница			100										
	пшеница		5	5										
203-6-2005	Паштет говяжий с маслом	180,5			5,7	6,07	32	225,5	0	7,84	0			9,32
	пшеница		63	63										
	пшеница		5	5										
	пшеница		3	3										
	пшеница	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,044	0,012	0			2
	пшеница	20	20	20	1,32	0,24	6,68	34,0	0,06	0,03	0	19,2	20	1,28
493-6-2021	Котлеты куриные с картофелем	200			0,6	0,1	20,1	84	0,02	0	0,2	18	0,9	4,67
	пшеница		20	50										
	пшеница		203	200										
	пшеница		10	10										
	пшеница		0,2	0,2										
	пшеница				23,49	22,71	94,83	802,80	9,12	7,98	6,96	32,20	22,34	77,45



Андрюченко Н.А. «22» мая 2025 г.

День 9 . Неделя: вторая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

[illegible]

10.06.2005	Суперфосфат с белым пылью	250			3,40	5,27	16,32	189,7	0,15	0,075	5,91	82,5	2,25	7,85
	картофель													
	с 01.07. по 31.12.	66,7	50											
	с 01.11. по 31.12.	71,4	50											
	с 01.01. по 28.02.02.	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											
	петрушка	20,3	20											
	тыква	12	10											
	пастернак	3,25	3											
	масло													
	растительное	5	5											
	масло													
	растительное	175	175											
	соль	2,5	2,5											
20.06.2005	картофель с белыми клубнями	100			16,64	15,34	30,29	308,5	0,03	0,01	1,3	25,6	1,44	33,86
	тыква													
	пастернак	123	74											
	свекла	18	18											
	масло													
	растительное	26	26											
	масло	4	4											
	растительное													
	свекла	10	10											
	масло	6	6											
	растительное													
	масло	5	5											
	растительное													
	соль	0,12	0,12											
31.06.2005	картофель	180			3,76	6,67	17,3	244			29,9			14,82
	тыква													
	пастернак	258	206,3											
	масло													
	растительное	6,3	6,3											
	морковь													
	с 01.09. по 31.12.	4,8	3,6											
	с 01.01. по 31.08.	4,8	3,6											
	тыква	8,6	7,2											
	пастернак	10,8	10,8											
	свекла	0,12	0,12											
	тыква													
	пастернак	2,2	2,2											
	свекла	5,4	5,4											
	соль	1,5	1,5											
	картофель	0,018	0,018											
	свекла	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,044	0,012	0			2
	тыква	20	20	20	1,32	0,34	6,68	34,8	0,06	0,03	0	19,2	20	1,28
18.06.2005	Пастернак с белыми клубнями	200			0,68	0,28	20,75	143,8	0	0	10	12	0,8	5,52
	тыква													
	пастернак	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											
	свекла	20	20											

Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андрienko Н.А. «23» мая 2025 г.



День 10 . Неделя: первая Сезон: весенний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

№ по об- рецептур	Наимено- вание блюда и кулинар- ных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химичес- кий состав блюда				Витамин- ы, мг			Минералы		Цена, руб.
					Белок, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.	B1	B2	C	Ca	Fe	

88 с6 2005	Щи из свежей капусты с картофелем и со- сметаной	250,5			1,74	4,89	9,2	144,75			18,47			8,47
	капуста белокочан- ная		62,5	50										
	картофель													
	с 01.07. до 31.10.		40	30										
	с 01.11. по 31.12.		43	30										
	с 01.01. по 30.06.		46,2	30										
	с 01.03. по 30.06.		50	30										
	морковь													
	с 01.07. до 31.12.		15,6	12,3										
	с 01.01. до 30.06.		16,7	12,3										
	лук репчатый		12	10										
	томатное масло		2,5	2,5										
	масло раститель- ное		5	5										
	вода или бульон		200	200										
	соль		2,5	2,5										
	сметана		5	5										
229 с6 2005	Рыба рыбная с овощами в томате.	100,50			14,3	7,8	7,2	204	0,07	0,07	1,45			60,35
	рыба потрошен- ная		162	122										
	вода		38	38										
	морковь													
	с 01.07. до 31.12.		22,5	18										
	с 01.01. до 30.06.		24	18										
	петрушка (корень)		6	4										
	лук репчатый		10	8										
	масло раститель- ное		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										
305 с6 2005	Рис приготовлен- ный	180			3,64	4,3	26,67	200	0,15	0,1	0	9,1	0,78	10,83
	крупа рисовая		63	63										
	вода		132,5	132,5										
	масло сливочное		6	6										
	соль		1,8	1,8										
	Хлеб пшенич- ный	20	20	20	2,29	0,29	14,01	68,17	0,044	0,012	0			1,90
	Хлеб рафиниро- ванный	20	20	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,06	0,03	0	19,2	20	1,28
457 с6 2021	Чай с сахаром	200,10			0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	12	0,8	1,46
	чай в с		1	1										
	вода		216	200										
	сахар		10	10										
	Итого общ.				23,49	17,62	73,06	689,72			19,02			84,32