



Андренко

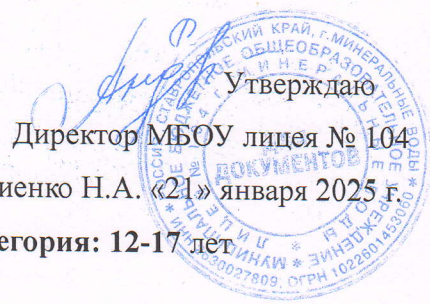
Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андренко Н.А. «20» января 2025 г.

День 1 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

№ по об. рецептур	Наименование блюда и кулинарные изделия	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюда					Выпекание		Минералы			Цена, руб.
						Белки, г	Жиры, г	Углеб. г	Энерг. калор. Ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	
1.2005	Бирое картофельное с картошкой	250,5				182	4,94	42,74	162,5				10,29		9,78
	с 01.07. до 31.12		50	40											
	с 01.01. до 30.06		53,3	40											
	картофель			25	20										
	картофель		17,2	12											
	с 01.07. по 31.10		26,7	20											
	с 01.11. по 31.12		29,6	20											
	с 01.01. по 30.06		30,8	20											
	с 01.03. по 30.06		33,3	20											
	картофель			12,5	10										
	с 01.07. до 30.06		13,3	10											
	с 01.01. до 30.06		12	10											
	картофель		7,5	7,5											
	масло растительное		5	5											
	соль		2,0	2,5											
	соль		2,0	2,5											
	вода минеральная		200	200											
	соль		5	5											
2.794.2005	Томатный суп с картофелем и сметаной	100-50				18,18	20,88	22,98	353,83			1,02			59,11
	картофель		65,0	63,3											
	картофель		8,3	8,3											
	вода минеральная		10	10											
	суп		35	30											
	масло растительное		5	5											
	масло растительное		6,7	6,7											
	масло растительное		5	5											
	соль		5	5											
	соль		12,5	12,5											
	масло растительное		3,75	3,75											
	вода минеральная		37,5	37,5											
	соль		5	5											
	соль		1,5	1,5											
2034.2005	Макаронные изделия с мясным соусом	180-5				5,7	6,07	32	225,5	0	7,94	0			9,32
	макаронные изделия		63	63											
	масло сливочное		5	5											
	соль		3	3											
	К.с.б. мясное	30	30	30	2,37	0,3	14,49	39,5	0,044	0,012	0				2
	К.с.б. мясное	30	30	30	1,98	0,36	19,02	52,2	0,06	0,09	0	19,2	20		1,92
	К.с.б. мясное	120	120	120	0,48	0,48	11,76	53,28	18	0,02	12	15	1,9		11,88
4054.2021	Каша манная с изюмом	200				0,6	0,1	20,1	84	0,02	0	0,2	18	0,9	4,68
	манная каша		20	50											
	манная каша		20	200											
	манная каша		10	10											
	манная каша		0,2	0,2											
	Манная каша				31,13	33,3	134,69	941,44	18,328	8,092	23,31	18	0,9		78,69

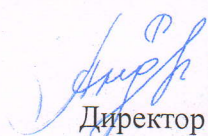
Заведующая производством _____

(Handwritten mark)


 Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «21» января 2025 г.

День 2 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

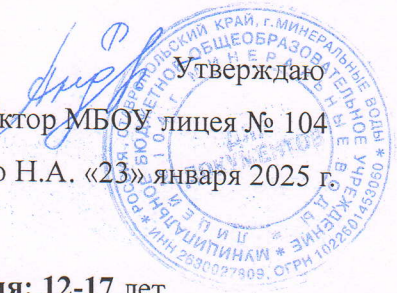
№ по об-рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюд				Витамины, мг			Минер-ва		Цена, руб.	
					Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценность, Ккал.	B1	B2	C	Ca	Fe		
80с:02012	Суп картофельный с крупой	250			2,18	4,39	14,29	129,5				8,25			6,83
	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											
	крупя пшеничная		5	5											
	масло растительное		2,5	2,5											
	вода		175	175											
	соль		2,5	2,5											
29с:02005	Котлета рубленая из птицы	100			16,64	15,34	30,29	308,5	0,03	0,01	1,3	25,6	1,44	33,86	
	кури потрошенные		123	74											
	соль		18	18											
	молоко или вода		26	26											
	внутренний жир		4	4											
	сухари панировочные		10	10											
	масло растительное		6	6											
	соль		0,12	0,12											
	масло сливочное		5	5											
171с:02005	Каша гречневая рассычатая с маслом	180,5			10,63	7,18	47,77	316			0			8,62	
	крупя 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	1,92	
388с:02005	Напиток из плодов шиповника	200			0,68	0,28	20,75	143,8	0	0	10	12	0,8	5,52	
	плоды шиповника сушеные		20	20											
	сахар		20	20											
	вода		200	200											
	Итого ббд.г.				34,48	27,85	137,61	1020,5	#####	#####	19,55	#####	#####	59,75	


 Утверждаю
 Директор МБОУ-лицея № 104
 Андриенко Н.А. «22» января 2025 г.



День 3 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

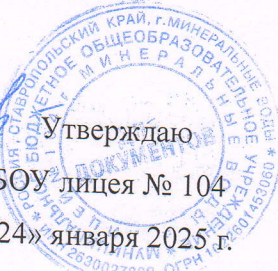
№ по об-решетур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюда			Витамины, мг			Минералы			Цена, руб.	
					Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценность, Ккал	B1	B2	C	Ca	Fe		
3 день															
84662005	Борек с фасолью и картофелем со сметаной	2505			3,54	5,1	14,53	168,25	12		6,29	45	1	11,63	
	сметана														
	с 01.07 по 31.12		50	40											
	с 01.01 по 30.06		53,3	40											
	картофель														
	с 01.07 по 31.10		33,3	25											
	с 01.11 по 31.12		35,7	25											
	с 01.01 по 28-29.02		38,5	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											
	лук репчатый (корень)		3,25	3											
	лук репчатый		12	10											
	пшеничная мука		7,5	7,5											
	масло растительное		5	5											
	чеснок		1	0,75											
	сметана		1,5	1,5											
	кислота лимонная		0,125	0,125											
	вода		200	200											
	соль		2,5	2,5											
	сметана		5	5											
24362005	Котлета рыбная	100			14,8	18,8	11,6	274			1,15			35,23	
	рыба		90	66											
	картофель		18	18											
	пшеничная мука		26	26											
	сукрин		10	10											
	пшеничная мука		2	2											
	масло сливочное			116											
	масло растительное		10	10											
31062005	Картофель отварной с маслом	1805			4,5	5	28,9	220,2			26,38			16,53	
	картофель														
	с 01.07 по 31.10		240	180											
	с 01.11 по 31.12		257	180											
	с 01.01 по 28-29.02		277	180											
	с 01.03 по 30.06		300	180											
	Масса парного картофеля			174,5											
	масло сливочное		5	5											
	соль		1,7	1,7											
	Хлеб пшеничный	30	30	30	2,57	0,3	14,49	70,5	0,044	0,012	0			2	
	Хлеб ржаной	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,06	0,03	0	19,2	20	1,92	
49562001	Котлетки суфлежные	200			0,6	0,1	20,1	84	0,02	0	0,2	18	0,9	4,68	
	суфлежные		20	50											
	вода		200	200											
	сметана		10	10											
	кислота лимонная		0,2	0,2											
	Итого обед:				27,79	39,65	99,24	869,25	14,02	0,012	0,2	18	0,9	71,29	



 Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «23» января 2025 г.

День 4 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

№ по с.б. рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюда			Витамины, мг			Минер. вещества		Цена, руб.	
					Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценность Ккал.	В1	В2	С	Са		Fe
102сб2005	Суп картофельный с бобовыми	250			5,49	5,27	16,32	134,75	0,15	0,075	5,81	82,5	2,25	7,85
	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. 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 или вода		175	175										
	соль		2,5	2,5										
290сб2005	Птица, тушенная в соусе	100/60			26,4	29,8	8	230			0,01			45,42
	цыпленок-бройлер		165	142										
	масло растительное		4	4										
	Соус №331:			60										
	томатная паста		6	6										
	мука		4,5	4,5										
	сметана		15	15										
	вода		45	45										
	соль		2	2										
305сб2005	Рис парижский	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 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	1,92
	Блиногурт в инд. упаковках	125	125	125	3,9	4,4	23	145	0,05	0,0036	12,5	16,8	0,57	33,1
342сб2005	Компот из свежих яблок	200			0,16	0	29	146,6			0,1			6,27
	яблоки свежие		45,3	40										
	Сахар		24	24										
	Кислота лимонная		0,2	0,2										
	Вода		172	172										
	Итого обед:				43,94	44,43	127,5	979,05	#####	#####	18,42	#####	#####	107,39


 Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «24» января 2025 г.

День 5 . Неделя: первая Сезон: зимний обед. Возрастная категория: 12-17 лет

№ по рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Химический состав блюд			Витамины, мкг			Минералы		Цена, руб.	
					Белков, г	Жиры, г	Углеб. г	Энерг. ценн. Ккал	B1	B2	C	Ca		Fe
9662005	Рассольник вегетарианский картофель	250			2	5,1	16,93	148,9	0,15	0,175	7,54	92,5	2,75	10,36
	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 по 31.10	12,5	10											
	с 01.11 по 30.06	13,3	10											
	лук репчатый	6	5											
	арука рисовая	5	5											
	отруби пшеничные	16,71	15											
	масло растительное	5	5											
	вода или бутили	187,5	187,5											
	соль	2,5	2,5											
34762021	Каша пшеничная "Пшавельский"	100			15,3	11	13,3	263			0			30,75
	пшеница без кости	41,7	40											
	пшеница потрошеная	64	38											
	молоко или вода	20	20											
	соль пищевочный	17	17											
	сахар сахароза	10	10											
	масло растительное	4	4											
	соль	0,4	0,4											
	масло ш.ф.		125											
20362005	Макароны отварные с маслом	180,5			5,7	6,07	32	225,5	0	7,94	0			9,32
	макаронные изделия	63	63											
	масло сливочное	5	5											
	соль	3	3											
	Каша пшеничная	30	30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,044	0,012	0			2
	Каша рисово-пшеничная	30	30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,06	0,03	0	19,2	20	1,92
	Макароны свежие калиброванные	120	120	120	0,96	0,24	9	42	18	0,02	45,6	15	1,9	17,28
49562021	Компот из сухофруктов	200			0,6	0,1	20,1	84	0,02	0	0,2	18	0,9	4,68
	сухофрукты	20	50											
	вода	200	200											
	сахар	10	10											
	кислота лимонная	0,2	0,2											
	Итого:				28,91	33,17	115,84	886,1			53,14			96,21