

Стоимость питания 1 - 4 класс - 68,50 руб.
 Стоимость завтрака 5-11 класс - 84,23 руб.



Наименование блюд	Выход	Выход	Наименование сырья	брутто с 7 до 11 лет	нетто с 7 до 11 лет	брутто с 12 до 18 лет	нетто с 12 до 18 лет	цена за единицу	стоимость с 7 до 11 лет	Стоимость с 12 до 18 лет
Понедельник 1 неделя										
Завтрак										
котлета из кур	90	100	куры потрош.	95,6	66	106	74	270	25,812	28,62
			лук репка	6,3	5,4	7	6	50	0,315	0,35
			молоко	16	16	18	18	72	1,152	1,296
			хлеб пшенич.	16	16	18	18	85	1,36	1,53
			сухари паниров.	9	9	10	10	220	1,98	2,2
			масло сливоч.	5,4	5,4	6	6	790	4,266	4,74
макароны отварные	150	180	макароны	51	51	61,2	61,2	65	3,315	3,978
			масло сливоч.	5,25	5,25	6,3	6,3	790	4,1475	4,977
соус красный	30	50	масло сливоч.	0,6	0,6	1	1	790	0,474	0,79
			мука	1,5	1,5	2,5	2,5	50	0,075	0,125
			томат	1,2	1,2	2	2	272	0,3264	0,544
			морковь до 01.01	3	2,4	5	4	55	0,165	0,275
			с 01.01	3,2	2,4	5,3	4		0	0
			лук репка	0,72	0,6	1,2	1	50	0,036	0,06
			сахар	0,45	0,45	0,75	0,75	87	0,0392	0,06525
сыр порционно	10	20	сыр	10,3	10	21	20	650	6,695	13,65
повидло фруктовое	15	15	повидло фрукт.	15	15	15	15	265	3,975	3,975
хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	50	50	85	3,4	4,25
чай с сахаром	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022
итого завтрак									59,649	73,55225
Обед										
салат Студенческий	100	100	картофель							
			с 01.09-31.10	50	37,5	50	37,5	45	2,25	2,25
			01.-31.12	53,6	37,5	53,6	37,5		0	0
			01.01-28.02	57,8	37,5	57,8	37,5		0	0
			с 01.03	62,6	37,5	62,6	37,5		0	0
			морковь до 01.01	24	19,2	24	19,2	55	1,32	1,32
			с 01.01	25,5	19,2	25,5	19,2		0	0
			зелен. Горошек	32	20,8	32	20,8	175	5,6	5,6
			яйцо	16,6	15	16,6	15	241,67	4,0117	4,011722
			масло растител.	10	10	10	10	180	1,8	1,8
свекольник со сметаной	200/10	250/10	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	47	35	58	43,5	45	2,115	2,61
			с 01.11-31.12	50	35	62	43,5		0	0
			с 01.01-29.02	54	35	67	43,5		0	0
			с 01.03	59	35	72,6	43,5		0	0
			лук репка	11	9	13,3	11,2	50	0,55	0,665
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875
			с 01.01	10,64	8	13,3	10		0	0
			масло растит.	4	4	5	5	180	0,72	0,9
			свекла до 01.01	64	51	80	64	52	3,328	4,16
			с 01.01	68	51	85	64		0	0
			сахар	1	1	1,6	1,6	87	0,087	0,1392
			сметана	10	10	10	10	290	2,9	2,9
Рыба по польски	150	200	минтай	171	125	228	166,6	182	31,12	41,496
			яйцо	33,3	33,3	44,4	44,4	241,67	8,05	10,73015
			молоко	67,5	67,5	90	90	72	4,86	6,48
			масло сливоч.	7,5	7,5	10	10	790	5,93	7,9

сок	200	200	сок	200	200	200	200	70	14		
хлеб ржаной	40	60	хлеб ржаной	40	40	60	60	88	3,52		
хлеб пшенич.	40	50	хлеб пшенич.	40	40	50	50	85	3,4		
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,03	
специи (лавровый лист)			лавровый лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08	
Итого обед									82,222	103,3108	
Итого день									141,87	176,8631	
Вторник 1 неделя											
Завтрак											
на молоке	200/5	200/10	рис	10,6	10,6	10,6	10,6	130	1,378	1,378	
			пшено	14,6	14,6	14,6	14,6	58	0,8468	0,8468	
			молоко	182	182	182	182	72	13,104	13,104	
			сахар	5	5	5	5	87	0,435	0,435	
			масло сливоч.	5	5	10	10	790	3,95	7,9	
масло сливочное	10	20	масло сливочное	10	10	20	20	790	7,9	15,8	
чай с молоком и сахар	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,8	0,8	
			молоко	50	50	50	50	72	3,6	3,6	
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87	
яблоко	120	120	яблоко	120	120	120	120	190	22,8	22,8	
хлеб пшеничный	30	50	хлеб пшеничный	30	30	50	50	85	2,55	4,25	
хлеб ржаной	20	32	хлеб ржаной	20	20	32	32	88	1,76	2,816	
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022	
итого завтрак									60,005	74,6218	
Обед									0		
икра морковная	60	100	морковь до 01.01	56,5	45	94	75	55	3,1075	5,17	
			с 01.01	60,3	45	100	75		0	0	
			лук репка	12,5	10,5	20,8	17,5	50	0,625	1,04	
			томат	6	6	10	10	272	1,632	2,72	
			масло растит.	4,5	4,5	7,5	7,5	180	0,81	1,35	
			кислота лимон.	2,4E-05	2,4E-05	0,00004	0,00004	900	2E-05	0,000036	
			сахар	0,72	0,72	1,2	1,2	87	0,0626	0,1044	
борщ с капуст. И смет	200/5	250/10	свекла до 01.01	40	32	50	40	52	2,08	2,6	
			с 01.01	42,6	32	53	40		0	0	
			капуста свежая	20	16	25	20	40	0,8	1	
			или квашеная	17,2	12	21,5	15		0	0	
			картофель						0	0	
			с 01.09-31.10	21,4	16	26,6	20	45	0,963	1,197	
			с 01.11-31.12	22,9	16	28,6	20		0	0	
			с 01.01-29.02	24,6	16	30,8	20		0	0	
			с 01.03	26,7	16	33,4	20		0	0	
			сахар	2	2	2,5	2,5	87	0,174	0,2175	
			лук репка	11,9	10	14,9	12,5	50	0,595	0,745	
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875	
			с 01.01	10,6	8	13,3	10		0	0	
			масло сливочное	4,88	4,88	6,1	6,1	790	3,8552	4,819	
			томат паста	2,4	2,4	3	3	272	0,6528	0,816	
			сметана	5	5	10	10	290	1,45	2,9	
жаркое по дом. С говя	200	230	говядина	79	79	126	126	670	52,93	84,42	
			масло растит.	6	6	6	6	180	1,08	1,08	
			томат	3	3	3	3	272	0,816	0,816	
			лук репка	18	15	18	15	50	0,9	0,9	
			картофель								
			с 01.09-31.10	159,6	120	159,6	120	45	7,182	7,182	
			01.11-31.12	171,6	120	171,6	120		0	0	
			01.01-28.02	184,8	120	184,8	120		0	0	
			с 01.03	200,4	120	200,4	120		0	0	
компот из сухофруктов	200	200	смесь фруктов	20	20	20	20	150	3	3	
			сахар	20	20	20	20	87	1,74	1,74	
хлеб ржаной	20	40	хлеб ржаной	20	20	40	40	88	1,76	3,52	
хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	50	50	85	3,4	4,25	
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033	
(дневная норма)			лавровый лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08	

5. 0 в об
4. 10 ден
1. 1 ден
1. 1 ден

Тефтели рыбные	90/30	100/30	минтай	85	61	94	68	182	15,47	17	
			мука	7,2	7,2	8	8	50	0,36		
			лук репка	14,4	11,4	16	12	50	0,72		
			молоко	18	18	20	20	72	1,30		1,44
			хлеб пшенич.	12,4	12,4	14	14	85	1,05		1,19
			масло растит.	5,9	5,9	6,6	6,6	180	1,06		1,188
			масло сливоч.	1,4	1,4	1,4	1,4	790	1,11		1,106
			мука	1,4	1,4	1,4	1,4	50	0,07		0,07
			морковь до 01.01	2,3	1,8	2,3	1,8	55	0,13		0,1265
			с 01.01	2,4	1,8	2,4	1,8		0,00		0
			лук репка	0,75	0,6	0,75	0,6	50	0,04		0,0375
			масло слив.	0,45	0,45	0,45	0,45	790	0,36		0,3555
			сахар	0,3	0,3	0,3	0,3	87	0,03		0,0261
			томат	4,2	4,2	4,2	4,2	272	1,14		1,1424
картофель отварной	150/3	180/5	картофель						0,00		0
			с 01.09-31.10	246	154	247	186	45	11,07		11,115
			01.11-31.12	265	154	253	186		0,00		0
			01.01-28.02	285	154	286	186		0,00		0
			с 01.03	309	154	310	186		0,00		0
			масло сливоч.	3	3	5	5	790	2,37		3,95
сыр порционно	15	20	сыр	15,5	15	21	20	650	10,08		13,65
хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	50	50	85	3,40		4,25
чай с сахаром	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,80		0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,31		1,305
яблоко		120	яблоко			120	120	190			22,8
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,01		0,022
итого завтрак									51,86		82,882
Обед											
салат из фасоли	60	100	фасоль	18,3	18	30,6	30	260	4,76		7,956
			морковь до 01.01	17,3	13,8	29	23,2	55	0,95		1,595
			с 01.01	18,4	13,8	31	23,2		0,00		0
			лук репка	18,5	15,6	30,8	26	50	0,93		1,54
			масло растител.	6,9	6,9	11,6	11,6	180	1,24		2,088
суп с клецками	200	250	картофель						0,00		0
			с 01.09-31.10	53	40	66	50	45	2,39		2,97
			с 01.11-31.12	57	40	71	50		0,00		0
			с 01.01-29.02	62	40	77	50		0,00		0
			с 01.03	67	40	83	50		0,00		0
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55		0,6875
			с 01.01	10,6	8	13,3	10		0,00		0
			лук	9,6	8	12	10	50	0,48		0,6
			масло сливочное	2	2	2,5	2,5	790	1,58		1,975
			мука	2,9	2,9	3,6	3,6	50	0,15		0,18
			масло сливочное	0,4	0,4	0,5	0,5	790	0,32		0,395
			яйцо	0,56	0,5	0,67	0,6	241,67	0,14		0,161919
рагу из кур	80/150	100/180	куры	129,6	116	162	145	270	34,99		43,74
			масло сливоч.	3,2	3,2	3,8	3,8	790	2,53		3,002
			картофель						0,00		0
			с 01.09-31.10	127,2	96	152,6	115	45	5,72		6,867
			с 01.11-31.12	138	96	165,6	115		0,00		0
			с 01.01-29.02	144	96	172,8	115		0,00		0
			с 01.03	162	96	194	115		0,00		0
			морковь до 01.01	27	22	32,5	26	55	1,49		1,7875
			с 01.01	29	22	34,5	26		0,00		0
			лук репка	14,4	12	17,3	14	50	0,72		0,865
			томат	2,9	2,9	3,4	3,4	272	0,79		0,9248
			масло сливоч.	4,2	4,2	5	5	790	3,32		3,95
			мука	1,8	1,8	2,1	2,1	50	0,09		0,105
компот из свежих фруктов	200	200	яблоки свеж.	45,4	40	45,4	40	130	5,90		5,902
			сахар	24	24	24	24	87	2,09		2,088
хлеб пшенич.	40	50	хлеб пшенич.	40	40	50	50	85	3,40		4,25
хлеб ржаной	30	40	хлеб ржаной	30	30	40	40	88	2,64		3,52

с. Дневн
р. Лист
Итого обед
Итого р

(дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,02	0,033
Лавр. Лист			лавр. Лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08
Итого обед									78,24	98,26272
Итого день									130,10	181,1447
Пятница 1 неделя										
Завтрак										
омлет натуральный	160	200	яйцо	89,6	80	112	100	241,67	21,654	27,06704
			молоко	100	100	125	125	72	7,2	9
			масло сливочное	6	6	7,5	7,5	790	4,74	5,925
масло сливочное	10	15	масло сливочное	10	10	15	15	790	7,9	11,85
какао с молоком	200	200	молоко	100	100	100	100	72	7,2	7,2
			какао порошок	2	2	2	2	800	1,6	1,6
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
яблоко	120	120	яблоко	120	120	120	120	190	22,8	22,8
хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничн.	40	40	50	50	85	3,4	4,25
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022
итого завтрак									77,375	90,58404
Обед										
салат здоровье	60	100	морковь до 01.01	24,9	19,9	41	33	55	1,3695	2,255
			с 01.01	26,5	19,9	44	33		0	0
			свекла до 01.01	25,2	20,2	41	33,7	52	1,3104	2,132
			с 01.01	26,9	20,2	45	33,7		0	0
			масло растит.	11	11	18	18	180	1,98	3,24
			зел. Горош.	15,8	10,2	26,3	17	175	2,765	4,6025
Суп из овощей	200	250	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	53,4	40	66,5	50	45	2,403	2,9925
			01.-31.12	57	40	71,5	50		0	0
			01.01-28.02	62	40	77	50		0	0
			с 01.03	67	40	83,5	50		0	0
			капуста белокоч.	20	16	25	20	40	0,8	1
			лук репка	9,6	8	12	10	50	0,48	0,6
			масло сливочн.	4	4	5	5	790	3,16	3,95
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875
			с 01.01	10,64	8	13,3	10		0	0
			зелен. Горош. Кон	9,2	6	11,5	7,5	175	1,61	2,0125
			сметана	4	4	5	5	290	1,16	1,45
гуляш из говядины	50/50	50/50	говядина	79	79	79	79	670	52,93	52,93
			масло сливочное	4	4	4	4	790	3,16	3,16
			лук репка	12	10	12	10	50	0,6	0,6
			томат паста	3,2	3,2	3,2	3,2	272	0,8704	0,8704
			мука пшеничная	3	3	3	3	50	0,15	0,15
			сухари панир.	8	8	10	10	220	1,76	2,2
			масло растит.	5,8	5,8	7,32	7,32	180	1,044	1,3176
рис отварной	150	180	рис	54	54	64	64	130	7,02	8,32
			масло сливочное	6,75	6,75	8	8	790	5,3325	6,32
чай с лимоном	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			лимон	8	7	8	7	270	2,16	2,16
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
хлеб ржаной	40	60	хлеб ржаной	40	40	60	60	88	3,52	5,28
хлеб пшеничный	50	60	хлеб пшеничный	50	50	60	60	85	4,25	5,1
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033
(дневная норма)			лавровый лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08
итого обед									103,15	116,113
итого день									180,53	206,697
Понедельник 2 неделя										
Завтрак										
рыба туш с овощами	75/50	100/75	минтай	127,5	93	169,3	124	182	23,205	30,8126
			лук репка	15,1	12,7	22,7	19	50	0,755	1,135
			морковь до 01.01	22,5	18	33,8	27	55	1,2375	1,859
			с 01.01	23,9	18	35,9	27		0	0
			томат	4	4	6	6	272	1,088	1,632
			масло растит.	5,3	5,3	8	8	180	0,954	1,44

			сахар	1,7	1,7	2,55	2,55	87	0,1479	0,2	ЛИМОН
картоф. Пюре	150	180	картофель с 01.09	170	128	205	154	45	7,65	9,2	ЯБЛО
			с 01.11-31.12	183	128	220	154		0		
			01.01-29.02	197	128	237	154		0	0	
			с 01.03	214	128	257	154		0	0	
			масло сливочное	5,25	5,25	6,3	6,3	790	4,1475	4,977	
			молоко	23,7	23,7	28	28	72	1,7064	2,016	
масло сливочное	10	20	масло сливочное	10	10	20	20	790	7,9	15,8	
повидло фруктовое	15	20	повидло	15	15	20	20	265	3,975	5,3	
чай с сахаром	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8	
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305	
хлеб пшенич.	50	50	хлеб пшенич.	50	50	50	50	85	4,25	4,25	
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022	
итого завтрак									59,132	80,79545	
Обед											
луком с зел.	60	100	морковь до 01.01	45,5	36	75,8	60	55	2,5025	4,169	
			с 01.01	48,5	36	80,6	60		0	0	
			зел. Горошек	25	15	41,8	25	175	4,375	7,315	
			лук репка	7,2	6	12	10	50	0,36	0,6	
			масло растител.	3,6	3,6	6	6	180	0,648	1,08	
со смет.	200/10	250/10	капуста белокоч.	50	40	62,5	50	40	2	2,5	
			или квашеная	57,2	40	71,5	50		0	0	
			картофель						0	0	
			с 01.09-31.10	32	24	40	30	45	1,44	1,8	
			с 01.11-31.12	34	24	43	30		0	0	
			с 01.01-29.02	37	24	46,2	30		0	0	
			с 01.03	40	24	50,1	30		0	0	
			лук репка	11,9	10	14,9	12,5	50	0,595	0,745	
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875	
			с 01.01	10,6	8	13,3	10		0	0	
			масло сливоч.	4,88	4,88	6,1	6,1	790	3,8552	4,819	
			томат. паста	0,8	0,8	1	1	272	0,2176	0,272	
			сметана	10	10	10	10	290	2,9	2,9	
куры тушеные в соусе	80/30	100/30	куры	133	119,5	166	149	270	35,91	44,82	
			масло сливочное	4	4	5	5	790	3,16	3,95	
			масло сливочное	0,6	0,6	0,6	0,6	790	0,474	0,474	
			мука	1,5	1,5	1,5	1,5	50	0,075	0,075	
			томат- паста	1,2	1,2	1,2	1,2	272	0,3264	0,3264	
			морковь до 01.01	3	2,4	3	2,4	55	0,165	0,165	
			с 01.01	3,2	2,4	3,2	2,4		0	0	
			лук репка	0,72	0,6	0,72	0,6	50	0,036	0,036	
			сахар	0,45	0,45	0,45	0,45	87	0,0392	0,03915	
каша рас. Перлов.	150	180	перловка	49,1	49,1	59	59	45	2,2095	2,655	
			масло сливочное	4	4	4,8	4,8	790	3,16	3,792	
компот из свежих фрукт	180	180	яблоки свеж.	40,86	36	40,86	36	130	5,31	5,3118	
			сахар	21,6	21,6	21,6	21,6	87	1,88	1,8792	
(дневная норма)			лавров. лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08	
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033	
хлеб пшеничный	50	60	хлеб пшенич.	50	50	60	60	85	4,25	5,1	
хлеб ржаной	40	60	хлеб ржаной	40	40	60	60	88	3,52	5,28	
итого обед									81,057	101,9041	
итого день									140,19	182,6995	
Вторник 2 неделя											
Завтрак											
фрикадельки из кур	90	100	курица	74	67	82	74	270	19,98	22,14	
			хлеб пшеничный	14,4	14,4	16	16	85	1,224	1,36	
			яйцо	8,1	7,2	9	8	241,67	1,9575	2,17503	
			молоко	19,3	19,3	21,4	21,4	72	1,3896	1,5408	
макароны отварные	150	180	макароны	51	51	61,2	61,2	65	3,315	3,978	
			масло сливоч.	5,25	5,25	6,3	6,3	790	4,1475	4,977	
хлеб пшеничный	35	50	хлеб пшеничный	35	35	50	50	85	2,975	4,25	
масло сливочное	10	20	масло сливочное	10	10	20	20	790	7,9	15,8	

с лимоном и сах.	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
			лимон	8	7	8	7	270	2,16	2,16
яблоко	120	120	яблоко	120	120	120	120	190	22,8	22,8
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022
итого завтрак									69,53	82,87283
Обед										
салат Студенческий	60	100	картофель							
			с 01.09-31.10	30	22,5	50	37,5	45	1,35	2,25
			01.-31.12	32,2	22,5	53,6	37,5		0	0
			01.01-28.02	34,7	22,5	57,8	37,5		0	0
			с 01.03	37,6	22,5	62,6	37,5		0	0
			морковь до 01.01	14,4	11,5	24	19,2	55	0,792	1,32
			с 01.01	15,3	11,5	25,5	19,2		0	0
			зелен. Горошек	19,2	12,5	32	20,8	175	3,36	5,6
			яйцо	10	9	16,6	15	241,67	2,4167	4,011722
			масло растител.	6	6	10	10	180	1,08	1,8
суп любител.	200	250	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	80	60	100	75	45	3,6	4,5
			с 01.11-31.12	86	60	107	75		0	0
			с 01.01-29.02	92	60	115,5	75		0	0
			с 01.03	100	60	125	75		0	0
			лук репка	9	8	12	10	50	0,45	0,6
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875
			с 01.01	10,64	8	13,3	10		0	0
			масло растит.	3	3	3,8	3,8	180	0,54	0,684
			гречка	8	8	10	10	70	0,56	0,7
шницель из говядины	80	100	говядина	59	59	74	74	670	39,53	49,58
			хлеб пшенич.	14,4	14,4	18	18	85	1,224	1,53
			лук репка	9,5	8	11,9	10	50	0,475	0,595
			молоко	11,2	11,2	14	14	72	0,8064	1,008
			сухари панир.	8	8	10	10	220	1,76	2,2
			масло растит.	5,8	5,8	7,32	7,32	180	1,044	1,3176
капуста тушеная	150	180	капуста свеж. Или	215	172	258	206	40	8,6	10,32
			квашеная	214,5	150	257	180		0	0
			масло слив.	6,4	6,4	7,7	7,7	790	5,056	6,083
			морковь до 01.01	3,75	3	4,5	3,6	55	0,2063	0,2475
			с 01.01	4	3	4,8	3,6		0	0
			лук репка	7,2	6	8,6	7,2	50	0,36	0,43
			томат	3,6	3,6	4,3	4,3	272	0,9792	1,1696
			лимон. Кислота	0,03	0,03	0,036	0,036	900	0,027	0,0324
			мука	1,8	1,8	2,1	2,1	50	0,09	0,105
			сахар	4,5	4,5	5,4	5,4	87	0,3915	0,4698
кисель из концентрата	200	200	кисель п/ф	25	25	25	25	135	3,375	3,375
хлеб пшенич.	50	60	хлеб пшенич.	50	50	60	60	85	4,25	5,1
хлеб ржаной	40	60	хлеб ржаной	40	40	60	60	88	3,52	5,28
лавров. Лист			лавр. Лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033
Итого обед									87,491	112,1091
Итого в день									157,02	194,982
Среда 2 неделя										
Завтрак										
морковь с сахаром	60	100	морковь до 01.01	72	57,6	120	96	55	3,96	6,6
			с 01.01	76,6	57,6	127,6	96		0	0
			сахар	3	3	5	5	87	0,261	0,435
ёжики мясные	90	100	говядина	57	57	63	63	670	38,19	42,21
			рис	7,5	7,5	8,4	8,4	130	0,975	1,092
			лук	31,5	27	35	30	50	1,575	1,75
			масло сливочное	4,5	4,5	5	5	790	3,555	3,95
			мука	6	6	6,6	6,6	50	0,3	0,33
			масло растител.	7,4	7,4	8,2	8,2	180	1,332	1,476
картофель отварной	150/3	180/5	картофель						0,00	0

			с 01.09-31.10	246	154	247	186	45	11,07	11,1
			01.11-31.12	265	154	253	186		0,00	
			01.01-28.02	285	154	286	186		0,00	0
			с 01.03	309	154	310	186		0,00	0
			масло сливоч.	3	3	5	5	790	2,37	3,95
чай с молоком и сахар	200	200	сухая заварка	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			молоко	50	50	50	50	72	3,6	3,6
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
хлеб пшенич.	30	50	хлеб пшенич.	30	30	50	50	85	2,55	4,25
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022
итого завтрак									71,419	82,45
Обед									0	0
салат витаминный	60	100	капуста	35	28	58	46,6	40	1,4	2,32
			морковь до 01.01	11,3	9	18,8	15	55	0,6215	1,034
			с 01.01	12	9	20	15		0	0
			лук	3,58	3	6	5	50	0,179	0,3
			яблоки свежие	17	15	28	25	130	2,21	3,64
			сахар	3	3	5	5	87	0,261	0,435
			масло растител.	3	3	5	5	180	0,54	0,9
			лим. Кислота	0,06	0,06	0,1	0,1	900	0,054	0,09
суп картоф. с крупой	200	250	молодой	75	60	94	75		0	0
			с 01.09-31.10	80	60	100	75	45	3,6	4,5
			с 01.11-31.12	86	60	107	75		0	0
			с 01.01-29.02	92	60	115,5	75		0	0
			с 01.03	100	60	125	75		0	0
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875
			морковь с 01.01	10,6	8	13,3	10		0	0
			лук	9,6	8	12	10	50	0,48	0,6
			масло растител.	2,6	2,6	3,3	3,3	180	0,468	0,594
			пшено	4	4	5	5	58	0,232	0,29
оладьи из печени	80	100	печень говяжья	96	80	120	100	355	34,08	42,6
			хлеб пшенич.	12	12	15	15	85	1,02	1,275
			масло сливоч.	2,4	2,4	3	3	790	1,896	2,37
			масло сливочн.	10,72	10,72	13,4	13,4	790	8,4688	10,586
бобовые отварные	150	180	горох	49,5	49	59,3	58,8	62	3,069	3,6766
			масло сливочное	5,25	5,25	6,3	6,3	790	4,1475	4,977
компот из сухофруктов	200	200	смесь фруктов	20	20	20	20	150	3	3
			сахар	20	20	20	20	87	1,74	1,74
хлеб ржаной	20	40	хлеб ржаной	20	20	40	40	88	1,76	3,52
хлеб пшеничн.	50	50	хлеб пшенич.	50	50	50	50	85	4,25	4,25
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033
лавровый лист (дневная норма)			лавров. лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08
Итого обед									75,124	94,4981
итого день									146,54	176,9481
Четверг 2 неделя										
Завтрак										
котлета московская	90	100	говядина	64,69	64,69	71,88	71,88	670	43,342	48,1596
			лук репка	1,3	1,09	1,46	1,2	50	0,065	0,073
			хлеб пшенич.	15,3	15,3	17	17	85	1,3005	1,445
			сухари панир.	4,4	4,4	4,9	4,9	220	0,968	1,078
			масло сливоч.	5,3	5,3	5,8	5,8	790	4,187	4,582
рис припущен.	150	180	рис	52,5	52,5	63	63	130	6,825	8,19
			масло сливочное	5,25	5,25	6,3	6,3	790	4,1475	4,977
коф. Напит. С молоко	200	200	коф. Напиток	2	2	2	2	700	1,4	1,4
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
			молоко	100	100	100	100	72	7,2	7,2
хлеб ржаной	20	30	хлеб ржаной	20	20	30	30	88	1,76	2,64
хлеб пшеничный	40	50	хлеб пшеничный	40	40	50	50	85	3,4	4,25
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022
итого завтрак									75,476	84,8866
Обед										
салат восторг	60	100	капуста	38,75	31	64,6	51,6	40	1,55	2,584

			морковь до 01.01	11,25	9	18,7	15	55	0,6188	1,0285
			морковь с 01.01	12	9	20	15		0	0
			яблоки свежие	17	15	28,3	25	130	2,21	3,679
			лук	6	5	10	8,3	50	0,3	0,5
			сахар	3	3	5	5	87	0,261	0,435
			масло растител.	3	3	5	5	180	0,54	0,9
			лим. кислота	0,06	0,06	0,1	0,1	900	0,054	0,09
суп картоф. С макар. и	200	250	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	80	60	99,8	75	45	3,6	4,491
			01.11-31.12	85,8	60	107	75		0	0
			01.01-29.02	92	60	116	75		0	0
			01.03.	100	60	125	75		0	0
			макаронные	8	8	10	10	65	0,52	0,65
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875
			с 01.01	10,6	8	13,3	10		0	0
			лук репка	9,6	8	12	10	50	0,48	0,6
			масло сливочное	2	2	2,5	2,5	790	1,58	1,975
биточки рыбные	80	100	минтай	70,8	51	88,5	64	182	12,886	16,107
			молоко	19,5	19,5	24	24	72	1,404	1,728
			хлеб пшеничный	13,5	13,5	16,8	16,8	85	1,1475	1,428
			мука	7,5	7,5	9,3	9,3	50	0,375	0,465
			масло растит.	6	6	7,5	7,5	180	1,08	1,35
соусом красным	150/30	180/30	картофель с 01.09	170	128	205	154	45	7,65	9,225
			с 01.11-31.12	183	128	220	154		0	0
			01.01-29.02	197	128	237	154		0	0
			с 01.03	214	128	257	154		0	0
			масло сливочное	5,25	5,25	6,3	6,3	790	4,1475	4,977
			молоко	23,7	23,7	28	28	72	1,7064	2,016
			масло сливоч.	0,6	0,6	0,6	0,6	790	0,474	0,474
			мука	1,5	1,5	1,5	1,5	50	0,075	0,075
			томат паста	1,2	1,2	1,2	1,2	272	0,3264	0,3264
			морковь до 01.01	3	2,4	3	2,4	55	0,165	0,165
			морковь с 01.01	3,2	2,4	3,2	2,4		0	0
			лук	0,72	0,6	0,72	0,6	50	0,036	0,036
			сахар	0,45	0,45	0,45	0,45	87	0,0392	0,03915
чай с лимоном и сах.	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	10	10	10	10	87	0,87	0,87
			лимон	8	7	8	7	270	2,16	2,16
хлеб ржаной	40	60	хлеб ржаной	40	40	60	60	88	3,52	5,28
хлеб пшеничный	30	50	хлеб пшенич.	30	30	50	50	85	2,55	4,25
лавровый лист			лавровый лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033
Итого в обед									54,773	70,50455
итого день									130,25	155,3912
Пятница 2 неделя										
Завтрак										0
повидлом	150/7	180/9	творог	136	135	163	162	420	57,12	68,46
			яйцо	5,6	5	6,7	6	241,67	1,3534	1,619189
			мука	20	20	24	24	50	1	1,2
			сахар	15	15	18	18	87	1,305	1,566
			масло сливочное	5	5	6	6	790	3,95	4,74
			повидло	7	7	9	9	265	1,855	2,385
чай с сах.	200	200	чай сухой	1	1	1	1	800	0,8	0,8
			сахар	15	15	15	15	87	1,305	1,305
яблоко	120	120	яблоко	120	120	120	120	190	22,8	22,8
хлеб пшенич.	30	30	хлеб пшени.	30	30	30	30	85	2,55	2,55
соль			соль	0,5	0,5	1	1	22	0,011	0,022
итого завтрак									94,049	107,4472
Обед										
икра свекольная	60	100	свекла до 01.01	57,4	45	94	75	52	2,9848	4,888
			с 01.01	61,2	45	100	75		0	0
			лук репка	12,5	10,5	17,5	10,4	50	0,625	0,875

			томат	6	6	10	10	272	1,632	2,72
			масло растит.	4,5	4,5	7,5	7,5	180	0,81	1,35
			кислота лимон.	2,4E-05	2,4E-05	0,00004	0,00004	900	2E-05	0,000036
			сахар	14,3	12	23,8	20	87	1,2441	2,0706
сметаной	200/10	250/10	картофель						0	0
			с 01.09-31.10	26,6	20	33,4	25	45	1,197	1,503
			01.-31.12	28,7	20	35,8	25		0	0
			01.01-28.02	30,8	20	38,5	25		0	0
			с 01.03	33,4	20	41,7	25		0	0
			капуста белокоч.	30	24	37,5	30	40	1,2	1,5
			лук репка	9,6	8	12	10	50	0,48	0,6
			масло сливочн.	4	4	5	5	790	3,16	3,95
			морковь до 01.01	10	8	12,5	10	55	0,55	0,6875
			с 01.01	10,64	8	13,3	10		0	0
			гречка	4	4	5	5	70	0,28	0,35
			сметана	10	10	10	10	290	2,9	2,9
плов из птицы	200	200	куры	104	72	104	72	270	28,08	28,08
			масло сливоч.	7,5	7,5	7,5	7,5	790	5,925	5,925
			лук репка	9	7,5	9	7,5	50	0,45	0,45
			морковь до 01.01	9,38	7,5	9,38	7,5	55	0,5159	0,5159
			с 01.01	10	7,5	10	7,5		0	0
			томат	3	3	3	3	272	0,816	0,816
			рис	35	35	35	35	130	4,55	4,55
сок	200	200	сок	200	200	200	200	70	14	14
хлеб пшенич.	35	45	хлеб пшенич.	35	35	45	45	85	2,975	3,825
хлеб ржаной	25	30	хлеб ржаной	25	25	30	30	88	2,2	2,64
лавров. Лист			лавр. Лист	1,2	1,2	1,2	1,2	900	1,08	1,08
соль (дневная норма)			соль	0,8	0,8	1,5	1,5	22	0,0176	0,033
Итого обед									77,672	85,30904
Итого день									171,72	192,7562

Исполнила Мазина Г.П. Август 2024 год тел.67-16-33