



Директор МБОУ СОШ с. Бабегово

И. В. Лазаренко

20 23

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

С УЧЕТОМ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ

7-11 лет

2023-2024 г

с. Бабегово

20__ г.

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ								
ОБЕД								
ТТК	Салат из моркови с яблоками ****	60			0,6	0,1	9,76	42,08
	Морковь		45,8	36,6	0,5	0	2,5	12,3
	Яблоко		20,3	18	0,1	0,1	1,8	8
	Сахар-песок		6	6	0	0	5,16	21,78
	Соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	200			1,515	1,945	10,52	65,535
	Свекла		10	8	0,115	0,005	0,64	3,075
	Картофель		50	36,76	0,7	0,14	5,46	25,7
	Капуста белокачанная		20	16	0,28	0,02	0,68	3,94
	Морковь		12,5	1	0,12	0	0,62	3,08
	Лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	Приправа		0,5	0,4	0	0	0,04	0,18
	Томатное пюре		6	6	0,2	0	0,64	3,38
	Масло растительное		2	2	0	1,76	0	15,82
	Сахар-песок		2	2	0	0	1,82	7,26
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0,06
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
	Бульон(вода)		160	160				
54-6г-2020	Рис отварной	150			2,8	4,67	27,06	161
	Крупа рисовая		40	40	2,7	0,37	26,96	121,4
	Масло сливочное		6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	Вода		324	324	0	0	0	0

	Рыба тушеная в томате с овощами	100			12,21	6,21	5,1	117,45
	Рыба свежемороженая(навага)		123	62	11,16	1,72	0	52,63
	Морковь		22,5	18	0,22	0	1,06	5,54
	Лук репчатый		10	8	0,13	0,02	0,75	3,67
	Томатное пюре		10	10	0,35	0	1,05	5,65
	Масло растительное		5	5	0	4,4	0	39,55
	Мука		3,5	3,5	0,35	0,07	2,24	10,41
	Лимонная кислота		2,5	2,5	0	0	0	0
	Соль йодированная		1	1	0	0	0	0
					4,16	3,32	15,14	106,32
ТТК	Какао с молоком	200						
	Какао-порошок		3	3	0,66	0,42	0,3	7,44
	Молоко		130	130	3,5	2,9	5,7	62,6
	Сахар-песок		10	10	0	0	9,14	36,28
					3,5	4,4	0	53,7
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15						
	Сыр полутвердый		15,6	15	3,5	4,4	0	53,8
					3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб пшеничный	40			1,66	0,325	10,005	51,195
Пром.	Хлеб ржаной	25						
	Итого за Обед		775		29,505	21,3	97,255	691,01

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ВТОРОЙ								
ОБЕД								
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор) ***	60			0,7	0,1	2,3	12,8
	Томат		67,8	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-4с-2020	Рассольник домашний	200			2,12	2,09	15	87,38
	Картофель		81,6	60	1,12	0,22	8,9	42,02
	Крупа перловая		8	8	0,7	0,07	4,8	22,9
	Лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	Морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,4
	Огурец соленый		15	12	0,1	0,02	0,18	1,2
	Масло растительное		2	2	0	1,76	0	15,82
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
	Бульон(вода)		140	140				

45-9г-2020	Рагу овощное с говядиной	150			10,75	11,32	12,6	192,35
	Лук репчатый		15	12	0,2	0	0,9	4,4
	Морковь		30	24	0,3	0	1,5	7,4
	Картофель		65,3	48	0,9	0,2	7,1	33,6
	Говядина		50	33,75	8,75	7,05	1,1	98,35
	Мука пшеничная высший сорт		1,1	1,1	0,1	0	0,7	3,5
	Капуста белокочанная		37,5	30,0	0,5	0	1,3	7,4
	Масло сливочное		5,6	5,6	0	4,07	0	37,7
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	Вода		24,6	24,6	0	0	0	0
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200			0,5	0,2	19,4	81,3
	Чернослив		26,8	25	0,5	0,2	13,1	55,9
	Сахар-песок		10	10	0	0	9,14	36,28
	Вода		202	202	0	0	0	0
ТТК	Яйцо отварное	40	40	40	5,08	4,6	0,4	62,84
	Яйцо отварное	1						
Пром	Фрукт(яблоко)	120			0,5	0,5	11,8	53,3
	Яблоко		120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за Обед	715			24,37	19,465	91,175	634,895

№ рецептуры *	Название блюда	Масса г.	Расход сырья,г		Белки г.	Жиры г.	Угле воды г.	Эн. Ценность Ккал.
			брутто	нетто				
ДЕНЬ ТРЕТИЙ								
ОБЕД								
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец) **	60			0,8	0,1	2,9	15,4
	Огурец		67,8	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200			2,52	2,16	18,12	51,6
	Картофель		108,8	80	1,5	0,28	11,86	5,62
	Макаронные изделия		8	8	0,82	0,1	5,14	24,66
	Морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,46
	Лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	Масло растительное		2	2	0	1,76	0	15,82
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
	Бульон(вода)		140	140	0	0	0	0
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	150			3,555	5,16	24,375	158,43
	Крупа перловая		40	40	3,48	0,36	24,3	114,78
	Масло сливочное		7,5	7,5	0,075	4,8	0,075	43,65
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	Вода		120	120	0	0	0	0
54-31м-2020	Оладьи из печени по-купецки	80			12,66	8,03	12,52	171,4
	Печень говяжья		66,6	64	10,8	2,1	3,1	74,2
	Яйцо куриное		2,5	2,2	0,26	0,23	0,02	3,2
	Мука пшеничная высший сорт		13,6	13,6	1,4	0,2	8,7	41,5
	Морковь		11	8,8	0,1	0	0,6	2,7
	Масло сливочное		8,6	8,6	0,1	5,5	0,1	49,8
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0

54-3соус-2020	Соус красный основной	20			0,51	0,93	3,18	23,38
	Томатное пюре		4	4	0,14	0	0,42	2,26
	Морковь		2	1,6	0,02	0	0,1	0,5
	Лук репчатый		0,9	0,8	0,02	0	0,06	0,3
	Мука пшеничная высший сорт		3,30	3,3	0,33	0,07	2,1	10,1
	Масло сливочное		1,4	1,4	0	0,86	0	8,2
	Сахар-песок		0,5	0,5	0	0	0,46	1,82
	Специи		0,46	0,4	0	0	0,04	0,18
	Лавровый лист		0,004	0,004	0	0	0	0,02
	Соль поваренная йодированная		0,004	0,004	0	0	0	0
	бульон		20	20				
Пром.	Сок	200					24	96
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за Обед	775			24,765	17,035	114,77	661,135

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ								
ОБЕД								
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор) **	60			0,7	0,1	2,3	12,8
	Томат		67,8	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-8с-2020	Суп гороховый	200			6,68	4,6	16,28	133,14
	Картофель		68	50	0,94	0,18	7,42	35,02
	Горох		16	16	3,08	0,28	7,2	43,7
	Лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	Морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,46
	Приправа		2,5	2	0,02	0,02	0,18	0,94
	Масло подсолнечное		4	4	0	3,52	0	31,64
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
	Бульон(вода)		130	130	2,44	0,58	0,36	16,34
54-11г-2020	Картофельное пюре	150			3,2	5,2	19,8	139,4
	Картофель		171,4	126	2,4	0,4	18,7	88,2
	Молоко		24	24	0,7	0,5	1	11,6
	Масло сливочное		6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
54-23м-2020	Биточек из курицы	75			14,765	3,445	10,735	132,615
	Фарш куриный		63,3	56	12,4	0,9	0,2	58,9
	Молоко		12,9	12,9	0,4	0,3	0,6	6,2
	Хлеб пшеничный		9,3	9,3	0,7	0,1	4,2	19,9
	Сухари панировочные		8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
	Масло растительное		2,1	2,1	0	1,8	0	16,6

	Лук репчатый		7,5	6,2	0,105	0,015	0,615	3,015
	Яйцо куриное		2,5	2,2	0,26	0,23	0,02	3,2
	Соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
	Вода		8,5	8,5	0	0	0	0
	Масса полуфабриката			88				
54-2соус-2020	Соус белый основной	20			0,35	0,97	2,29	19,06
	Мука пшеничная высший сорт		3,3	3,3	0,33	0,07	2,1	10,1
	Лук репчатый		0,9	0,8	0,02	0	0,06	0,3
	Приправа		0,68	0,6	0	0	0,06	0,28
	Масло сливочное		1,4	1,4	0	0,9	0,03	8,1
	Соль поваренная йодированная		0,1	0,1	0	0	0,04	0,28
	Бульон(вода)		22	22	0	0	0	0
ТТК	Кофейный напиток с молоком	200			3,36	2,62	13,84	91,92
	Цинкорий		3	3	0,66	0,42	0,3	7,44
	Молоко		100	100	2,7	2,2	4,4	48,2
	Сахар-песок		10	10	0	0	9,14	36,28
	Вода		120	120	0	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за обед	770			33,775	17,59	94,92	673,86

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.

ДЕНЬ ПЯТЫЙ

ОБЕД

54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60			0,8	2,7	4,6	45,6
	Свекла		71,2	57	0,8	0,1	4,6	21,9
	Масло растительное		3	3	0	2,6	0	23,7
	Соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200			6,76	7,32	18,46	166,58
	картофель		108,8	80	1,5	0,28	11,86	56,02
	лук репчатый		12,5	10	0,14	0,02	0,74	3,66
	морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,46
	приправа		2,5	2	0,02	0,02	0,18	0,94
	говядина фарш		22,8	22,8	3,98	3,22	0	44,84
	Макаронные изделия		8	8	0,82	0,1	5,14	24,66
	яйцо куриное		2,6	2,36	0,2	0,16	0,02	2,26
	Масло подсолнечное		4	4	0	3,52	0	31,64
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Соль поваренная йодированная		0,48	0,48	0	0	0	0
	Бульон(вода)		140	140				
54-1г-2020	Макаронны отварные	150			5,3	4,9	32,8	196,8
	макаронные изделия		51	51	5,3	0,6	32,7	157,2
	масло сливочное		6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	вода		306	306				

54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80			12,105	11,65	3,03	167,785
	говядина 1 категории		73	64,6	11,3	9,1	0	127
	морковь		7,3	5,8	0,1	0	0,4	1,8
	лук репчатый		2	1,6	0	0	0,1	0,6
	приправа		1,3	1	0	0	0,1	0,5
	мука пшеничная высший сорт		3,3	3,3	0,33	0	1,98	10,56
	Сметана		15	15	0,375	1,95	0,45	21,225
	масло сливочное		1	1	0	0,6	0	6,1
	Соль поваренная йодированная		0,16	0,16	0	0	0	0
	вода		87,4	87,4				
	Масса мясной части готового блюда			40				
	Масса соуса в готовом блюде			40				
54-2гп-2020	Чай с сахаром	200			0,2	0	9,25	37,7
	чай черный байховый		1	1	0,2	0	0,1	1,4
	сахар-песок		10	10	0	0	9,15	36,3
	вода		200	200	0	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за Обед	755	0	0	29,885	27,225	97,815	759,39

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ШЕСТОЙ								
ОБЕД								
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60			1	6,1	5,8	81,5
	капуста белокочанная		63	50,4	0,9	0,1	2,4	13,6
	морковь		7,5	6	0,1	0	0,4	2
	масло растительное		6	6	0	6	0	53,9
	сахар-песок		3	3	0	0	3	12
	кислота лимонная		0,1	0,1	0	0	0	0
	соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
	вода		3	3	0	0	0	0
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	200			1,88	2,24	11,015	71,42
	Морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,46
	лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,025	0,1
	картофель		54,4	40	0,76	0,14	5,94	28
	яйцо куриное		2,6	2,33	0,3	0,24	0,03	3,3
	мука пшеничная высший сорт		6,16	6,16	0,62	0,08	3,92	18,8
	лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	масло растительное		2	2	0	1,76	0	15,82
	соль поваренная йодированная		0,18	0,18	0	0	0	0

54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200			14,34	14,57	28,9	304,5
	крупа рисовая		40	40	2,64	0,37	26,9	121,4
	говядина I категории		73,2	64,8	11,3	9,1	0	127,4
	морковь		25	20	0,2	0	1,3	6,2
	лук репчатый		10	8	0,1	0	0,6	2,9
	масло сливочное		8	8	0,1	5,1	0,1	46,6
	соль поваренная йодированная		0,8	0,8	0	0	0	0
	вода		313	313	0	0	0	0
	Масса мясной части в готовом блюде			40				
	Масса рисовой части в готовом блюде			160				
ТТК	Яйцо отварное	40	40	40	5,08	4,6	0,4	62,84
	Яйцо отварное	1						
Пром	Фрукт(яблоко)	120			0,5	0,5	11,8	53,3
	Яблоко		120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Сок	200					24	96
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за обед	765			27,52	28,665	111,59	814,485

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ								
ОБЕД								
54-1т-2020	Запеканка из творога	200			37,35	13,925	28	406,7
	творог		174,38	174,38	34,375	7,625	4,75	225,75
	крупа манная		12,125	12,125	1,175	0,125	3,1	36,75
	сахар-песок		16,5	16,5	0	0	15,025	59,95
	Сметана		8,25	8,25	0,15	1,1	0,325	12,625
	сухари панировочные		6,5	6,5	0,625	0,125	4	19,375
	яйцо куриное		5,25	4,75	0,575	0,45	0	6,75
	масло сливочное		6,5	6,5	0	4,125	0,075	37,55
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	Молоко		16,5	16,5	0,45	0,375	0,725	7,95
	вода		90	90				
ТТК	Молоко кипяченое	200			5,45	4,54	8,79	96,36
	молоко		200	200	5,45	4,54	8,79	96,36
Пром	Печенье	30			2,25	5,4	20,1	138
	Печенье		30	30	2,25	5,4	20,1	138
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за Обед	495			49,77	24,52	86,565	785,985

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ВОСЬМОЙ								
ОБЕД								
54-27з-2020	Морковный салат	60			0,9	1,32	4,1	31,31
	Морковь		69,6	55,8	0,66	0	3,78	17,15
	Сметана		10	10	0,24	1,32	0,32	14,16
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	200			1,515	1,945	10,52	65,535
	Свекла		10	8	0,115	0,005	0,64	3,075
	Картофель		50	36,76	0,7	0,14	5,46	25,7
	Капуста белокочанная		20	16	0,28	0,02	0,68	3,94
	Морковь		12,5	1	0,12	0	0,62	3,08
	Лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	Приправа		0,5	0,4	0	0	0,04	0,18
	Томатное пюре		6	6	0,2	0	0,64	3,38
	Масло растительное		2	2	0	1,76	0	15,82
	Сахар-песок		2	2	0	0	1,82	7,26
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Кислота лимонная		0,2	0,2	0	0	0	0,06
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
	Бульон(вода)		160	160				
54-21г-2020	Пюре гороховое	150			11,675	5,84	27,115	207,49
	Горох		60	60	11,6	1,04	27,04	163,84
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	Масло сливочное		7,5	7,5	0,075	4,8	0,075	43,65
	Вода		154	154	0	0	0	0

54-23м-2020	Биточки куриные	80			15,38	3,582	14,72	151,744
	Фарш куриный		63,3	56	12,4	0,9	0,2	58,9
	Молоко		12,9	12,9	0,4	0,3	0,6	6,2
	Хлеб пшеничный		9,3	9,3	0,7	0,1	4,2	19,9
	Сухари панировочные		8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
	Масло подсолнечное		2,1	2,1	0	1,8	0	16,6
	Яйцо куриное		2,5	2,2	0,26	0,23	0,02	3,2
	Мука пшеничная высший сорт		6,60	6,6	0,66	0,14	4,2	20,2
	Лук репчатый		6	4,8	0,06	0,012	0,36	1,764
	Приправа		0,5	0,4	0	0	0,04	0,18
	Соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
	Вода		8,5	8,5	0	0	0	0
	Масса полуфабриката			88				
54-3соус-2020	Соус красный основной	20			0,89	1,766	3,24	24,1
	Томатное пюре		4	4	0,14	0	0,42	2,26
	Морковь		2	1,6	0,02	0	0,1	0,5
	Лук репчатый		0,9	0,8	0,02	0	0,06	0,3
	Мука пшеничная высший сорт		3,30	3,3	0,33	0,066	2,1	10,1
	Масло сливочное		1,4	1,4	0	0,9	0	6,4
	Сахар-песок		0,5	0,5	0	0	0,46	1,82
	Приправа		0,46	0,4	0	0	0,04	0,18
	Лавровый лист		0,004	0,004	0	0	0	0,02
	Соль поваренная йодированная		0,004	0,004	0	0	0	0
	бульон		20	20	0,38	0,8	0,06	2,52
54-1хп-2020	Компот из смеси сухофруктов	200			0,5	0	22,55	91,9
	смесь сухофруктов		26,8	25	0,5	0	13,4	55,6
	сахар-песок		10	10	0	0	9,15	36,3
	вода		170	170	0	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за Обед	775			35,58	15,108	111,92	717,004

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ								
ОБЕД								
54-16з-2020	Винегрет овощной	80			1	4,5	5,4	65,8
	Картофель		23,9	17,6	0,3	0,1	2,6	12,3
	Лук репчатый		15	12	0,2	0	0,9	4,4
	Морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,5
	Свекла		15	12	0,2	0	1	4,6
	Огурец соленый		30	24	0,2	0	0,4	2,4
	Масло подсолнечная		5	5	0	4,4	0	39,6
	Соль поваренная йодированная		0,2	0,2	0	0	0	0
54-9с-2020	Суп рыбный из консервов	200			8,32	3,71	14,58	124,84
	Приправа		1,6	1,4	0,04	0	0,1	0,62
	Консерва рыбная		36,16	32	6,28	1,64	0	39,84
	Картофель		76,16	56	1,06	0,2	8,3	39,22
	лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Крупа перловая		8	8	0,7	0,08	4,88	22,98
	Лук репчатый		8	6,4	0,08	0,02	0,48	2,34
	Морковь		16	12,8	0,16	0,02	0,8	3,94
	Масло растительное		2	2	0	1,75	0	15,8
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
	Вода		160	160	0	0	0	0
54-11г-2020	Картофельное пюре	150			3,2	5,2	19,8	139,4
	Картофель		171,4	126	2,4	0,4	18,7	88,2
	Молоко		24	24	0,7	0,5	1	11,6
	Масло сливочное		6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0

ТТК	Печень говяжья по-строгановски	80			12,94	8,34	5,68	150,08
	Печень говяжья		77,9	74,9	12,6	2,4	3,6	86,8
	Мука пшеничная высший сорт		1,3	1,3	0,1	0	0,8	4
	Масло растительное		6,7	6,7	0	5,9	0	53
	Соль поваренная йодированная		1,3	1,3	0	0	0	0
	Морковь		16	12,8	0,16	0,02	0,8	3,94
	Лук репчатый		8	6,4	0,08	0,02	0,48	2,34
	Вода		29,3	29,3	0	0	0	0
	Масса готовой печени			51				
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200			0,3	0	9,44	38,78
	Лимон		7,5	7	0,1	0	0,2	1,1
	чай черный байховый		1	1	0,2	0	0,1	1,4
	Сахар-песок		10	10	0	0	9,14	36,28
	Вода		195	195	0	0	0	0
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15			3,5	4,4	0	53,8
	Сыр полутвердый		15,6	15	3,5	4,4	0	53,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за обед	790			33,98	26,805	84,575	717,625

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ								
ОБЕД								
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор) ***	60			0,7	0,1	2,3	12,8
	Томат		67,8	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200			2,12	2,09	15,08	87,44
	Картофель		81,6	60	1,12	0,22	8,9	42,02
	Лук репчатый		10	8	0,1	0,02	0,6	2,94
	Морковь		10	8	0,1	0	0,5	2,4
	Огурец соленый		15	12	0,1	0,02	0,18	1,2
	Крупа перловая		8	8	0,7	0,08	4,88	22,98
	Масло подсолнечное		2	2	0	1,75	0	15,8
	Лавровый лист		0,04	0,04	0	0	0,02	0,1
	Соль поваренная йодированная		0,3	0,3	0	0	0	0
	Бульон(вода)		150	150	0	0	0	0
54-1г-2020	Макаронны отварные	150			5,4	4,9	32,8	196,8
	макаронные изделия		51	51	5,3	0,6	32,7	157,2
	масло сливочное		6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	вода		306	306				
54-29м-2020	Фрикадельки из говядины	80			11,93	10,102	9,98	178,164
	Фарш говядина		65,1	57,6	10,07	8,11	0	113,3
	Хлеб пшеничный		12	12	0,86	0,08	5,37	25,7
	Масло сливочное		2,4	2,4	0,02	1,53	0,03	14
	Яйцо куриное		2,5	2,2	0,26	0,23	0,02	3,2
	Мука пшеничная высший сорт		6,60	6,6	0,66	0,14	4,2	20,2
	Соль поваренная йодированная		0,50	0,5	0	0	0	0
	Лук репчатый		6	4,8	0,06	0,012	0,36	1,764
	Вода		20,8	20,8	0	0	0	0
	Масса полуфабриката			87,5				

54-3соус-2020	Соус красный основной	20			0,51	0,93	3,18	23,38
	Томатное пюре		4	4	0,14	0	0,42	2,26
	Морковь		2	1,6	0,02	0	0,1	0,5
	Лук репчатый		0,9	0,8	0,02	0	0,06	0,3
	Мука пшеничная высший сорт		3,30	3,3	0,33	0,07	2,1	10,1
	Масло сливочное		1,4	1,4	0	0,86	0	8,2
	Сахар-песок		0,5	0,5	0	0	0,46	1,82
	Специи		0,46	0,4	0	0	0,04	0,18
	Лавровый лист		0,004	0,004	0	0	0	0,02
	Соль поваренная йодированная		0,004	0,004	0	0	0	0
	бульон		20	20				
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200			3,36	2,62	13,84	91,92
	Цикорий		3	3	0,66	0,42	0,3	7,44
	Молоко		100	100	2,7	2,2	4,4	48,2
	Сахар-песок		10	10	0	0	9,14	36,28
	Вода		120	120	0	0	0	0
Пром.	Хлеб пшеничный	40			3,06	0,33	19,67	93,73
Пром.	Хлеб ржаной	25			1,66	0,325	10,005	51,195
	Итого за Обед	775			28,74	21,397	106,855	735,429

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста обучающихся в г, мл, нетто														Норма 10 дней		Факт за 10 дней	% выполнения	
	7 - 10 лет	30	35	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	30%	35%	30%		35%	
	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0,06	0,07											0,6	0,7	0	0	
Какао	1	0,3	0,35	3										3	3,5	3	0	0,86	
Картофель	187	56,1	65,45	36,76	108	80	176	80	40		36,76	199,6	60	561	654,5	817,12	0,46	1,25	
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	150	45	52,5											450	525	0	-1	0	
субпродукты (печень, язык, сердце)	30	9	10,5			64						74,9		90	105	138,9	0,54	1,32	
Кофейный напиток	2	0,6	0,7				3						3	6	7	6	0	0,86	
Крахмал	3	0,9	1,05											9	10,5	0	-1	0	
Кондитерские изделия	10	3	3,5							30				30	35	30	0	0,86	
Крупы, бобовые	45	13,5	15,75	40	8	40	16		40	12,12	60	8	8	135	157,5	232,12	0,72	1,47	
Макаронные изделия	15	4,5	5,25			8		51					51	45	52,5	110	1,44	2,1	
Масло растительное	15	4,5	5,25	7	2	2	2,1	8	8		4,1	13,7	2	45	52,5	48,9	0,09	0,93	
Масло сливочное	30	9	10,5	6,8	5,6	17,5	8,2	7,8	8	6,5	8,9	6,8	10,6	90	105	86,7	-0,04	0,83	
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	90	105	130			136,9			216,5	12,9	24	100	900	1050	620,3	-0,31	0,59	
Мука пшеничная	15	4,5	5,25	3,5	1,1	16,9	3,3	3,3	6,16		9,9	1,3	9,9	45	52,5	55,36	0,23	1,05	
Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат.	70	21	24,5		33,75			87,4	64,8				57,6	210	245	243,55	0,16	0,99	
Овощи свежие, зелень	280	84	98	120,6	154	91,2	83	82,4	100,4		115	94,4	99,2	840	980	940,2	0,12	0,96	
Рыба-филе	58	17,4	20,3	62										174	203	62	-0,64	0,31	
Сахар <***>	30	9	10,5	18	10	0,5	10	10	3	16,5	12,5	10	10,5	90	105	101	0,12	0,96	
специи	2	0,6	0,7	0,44	0,04	0,444	2,64	2,04	0,04		1,244	1,4	0,404	6	7	8,692	0,45	1,24	

Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10	3	3,5					15		8,25	10			30	35	33,25	0,11	0,95
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	60	70			200			200					600	700	400	-0,33	0,57
Соль	3	0,9	1,05	2	0,8	1,004	1,1	1,14	1,18	0,5	1,004	2,3	1,3	9	10,5	12,328	0,37	1,17
Сыр	10	3	3,5	15								15		30	35	30	0	0,86
Творог (массовая доля жира не более 9%)	60	15	17,5							174,38				150	175	174,38	0,16	1
Фрукты (плоды) свежие	185	55,5	64,75	18	120				120			7		555	647,5	265	-0,52	0,41
сухофрукты	15	4,5	5,25		25						25			45	52,5	50	0,11	0,95
Хлеб пшеничный	150	45	52,5	40	40	40	49,3	40	40	40	49,3	40	52	450	525	430,6	-0,04	0,82
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	24	28	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	240	280	250	0,04	0,89
Цыплята 1 категории потрошенные (куры 1 кат. п/п)	35	10,5	12,25				56				56			105	122,5	112	0,07	0,91
Чай	1	0,3	0,35					1				1		3	3,5	2	-0,33	0,57
Яйцо диетическое	40	12	14		40	2,2	2,2	2,36	42,33	4,75	2,2		2,2	120	140	98,24	-0,18	0,7