

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 ед. изд.	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
288	рагу из птицы	200	мясо птицы масло растительное картофель морковь томатное пюре лук репчатый масло растительное соль йодированная мукка пшеничная овощи натуральные свиное или соленье хлеб пшеничный хлеб ржаной масло сливочное чай-заварка чай с лимонном сахар лимон свежий вода	153,6 3,2 128,4 25,2 7,2 14,4 4,8 1 1,2 63,1 30 20 10 0,5 15 8 150	108,8 3,2 96 20,4 7,2 12 4,8 1 1,2 60 30 20 10 0,5 15 7 150	210,00р. 0,42р. 50,00р. 6,42р. 45,00р. 1,13р. 165,00р. 1,19р. 130,00р. 0,52р. 15,19р. 0,02р. 48,03р. 5,98р. 40,00р. 45,00р. 80,00р. 650,00р. 65,00р. 130,00р. 15,00р.	32,28р. 0,42р. 6,42р. 1,13р. 1,19р. 0,50р. 0,52р. 0,02р. 0,00р. 5,98р. 1,20р. 0,90р. 8,00р. 2,34р. 0,4 1,04р. 15,00р.	42,61р.	19,9	21	1,6	285	0,23	19,7	2,5	72,6	464,6	90,3	6,4			
70/71	овощи натуральные свежие или соленье	60	овощи натуральные свиное или соленье	63,1	60	94,44р.	5,98р.	5,98р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6			
30	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	40,00р.	1,20р.	1,08р.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	5,9	26,1	9,9	0,6		
20	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	45,00р.	0,90р.	0,90р.	1,77	0,6	8,5	51,8	0,06	0	0	0,4	1,4	2	0	3,1		
10	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	80,00р.	8,00р.	8,00р.	0,08	7,26	0,14	65,1	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0,02		
200/7	чай с лимонном	200/7	чай-заварка чай с лимонном сахар	0,5 15 8	0,5 15 7	650,00р. 65,00р. 130,00р.	0,33р. 0,99р. 1,04р.	2,34р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5			
338	фрукты свежие	100	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	0	16	11,1	9	2,2		
<b>итого за прием пищи</b>				<b>620</b>		<b>75,89р.</b>	<b>24,15</b>	<b>29,86</b>	<b>47,71</b>	<b>555,4</b>	<b>6,1</b>	<b>39,06</b>	<b>42,5</b>	<b>114,49</b>	<b>532</b>	<b>152,6</b>	<b>27,4</b>	<b>100,7</b>	<b>15,28</b>	<b>5,92</b>		

**1 НЕДЕЛЯ  
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ  
ЗАВТРАК**

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 ед. изд.	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
70	овощи натуральные соленые	60	овощи натуральные соленые	63,1	60	80,00р.	5,00р.	5,00р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6		
97	суп картофельный	200	картофель морковь лук репчатый масло растительное соль йодированная бульон или вода капустя свежая белокочанная говядина крупа рисовая лук репчатый масло сливочное яйца соль йодированная соус сметана мука пшеничная вода томатное пюре масляные изделия масло сливочное соль йодированная сахар вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	120 10 9,6 2 0,8 1,40 67,9 45,4 4,5 9 2,2 2,8 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 50 7,1 20 20 200 20 30	90 8 9,6 2 0,8 1,40 54 33,6 12,8 7,2 2,2 2,8 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 40 7,1 20 20 200 20 30	25,00р. 3,00р. 20,00р. 110,00р. 12,00р. 20,00р. 20,00р. 395,00р. 0,27р. 20,00р. 485,00р. 6,00р. 12,00р. 165,00р. 6,19р. 35,00р. 0,04р. 125,00р. 40,00р. 485,00р. 12,00р. 2,00р. 50,00р. 36,00р. 45,00р.	3,00р. 0,30р. 0,19р. 0,22р. 0,01р. 1,39р. 3,72р. 17,93р. 0,27р. 0,19р. 1,07р. 0,02р. 1,39р. 6,19р. 0,04р. 0,19р. 2,00р. 3,44р. 0,01р. 2,00р. 1,00р. 0,72р. 1,39р.	1,76	1,92	13,1	64,8	0,1	9,6	0,32	0,15	17,7	58,08	23,6	0,96			
297/331	голубцы ленивые	90/15	капустя свежая белокочанная говядина крупа рисовая лук репчатый масло сливочное яйца соль йодированная соус сметана мука пшеничная вода томатное пюре масляные изделия масло сливочное соль йодированная сахар вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	67,9 45,4 4,5 9 2,2 2,8 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 50 7,1 20 20 200 20 30	54 33,6 12,8 7,2 2,2 2,8 0,5 15 37,5 1,1 11,2 1,5 40 7,1 20 20 200 20 30	20,00р. 395,00р. 0,27р. 20,00р. 485,00р. 6,00р. 12,00р. 165,00р. 6,19р. 35,00р. 0,04р. 125,00р. 40,00р. 485,00р. 12,00р. 2,00р. 50,00р. 36,00р. 45,00р.	1,39р. 17,93р. 0,27р. 0,19р. 1,07р. 0,02р. 1,39р. 3,72р. 17,93р. 0,27р. 0,19р. 1,07р. 0,02р. 1,39р. 6,19р. 0,04р. 0,19р. 2,00р. 3,44р. 0,01р. 2,00р. 1,00р. 0,72р. 1,39р.	10,1	5	11,3	122,6	0	11,1	0	0	33,6	0	24,7	0,9			
202/203	макаронные изделия отварные с маслом	150	макаронные изделия отварные с маслом	50 7,1	50 7,1	125,00р. 485,00р.	0,19р. 3,44р.	5,48р.	5,5	4,8	31,3	191	0,1	0	0	0,8	11	36	7	0,8		
388	напиток из порошка широкрина	200	напиток из порошка широкрина	20 20 200	20 20 200	36,00р. 45,00р.	0,72р. 1,39р.	3,00р.	0,7	0,3	24,4	143,8	0	200	0,2	0	13	3	3	1		
<b>итого за прием пищи</b>				<b>755</b>		<b>122,44р.</b>	<b>46,09</b>	<b>42,99</b>	<b>151,77</b>	<b>1210,4</b>	<b>15,03</b>	<b>285,86</b>	<b>43,02</b>	<b>116,5</b>	<b>627,9</b>	<b>295,28</b>	<b>100,7</b>	<b>15,28</b>	<b>5,92</b>			

**ОБЕД**



ДЕНЬ ВТОРОЙ

№ рецепта уры	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				минеральные вещества (мг)											
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетич. эквив. (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
234	горюшек зеленый консервированный	60		горюшек зеленый консервированный	60	138,80р.	8,33р.	5,00р.	1,55	2,2	9	41,8	0,05	5,5	0	1,2	10,73	29,98	10,4	0,34			
				рыба миктай	118	145,00р.	17,11р.	22,82р.	11	10,9	13,4	195,7	0	0,56	0	0	0	54,1	0	21,9	1,11		
				хлеб пшеничный	15,1	36,00р.	0,54р.																
				молоко	21,9	50,00р.	1,09р.																
				булгур	8,4	50,00р.	0,42р.																
				масло растительное	8,4	110,00р.	0,52р.																
				масло сливочное	5,6	485,00р.	2,72р.																
125	картофель отварной	150		соль поваренная	1,12	12,00р.	0,01р.	8,63р.	3,1	6,99	20,84	168,96	0	21,55	0	0	27,33	0	31,16	1,33			
				масло сливочное	7,1	485,00р.	3,44р.																
				соль поваренная	1	12,00р.	0,01р.																
				хлеб пшеничный	30	36,00р.	1,08р.	1,08р.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0,39	0	0	6,9	26,1	9,9	0,6		
				хлеб ржаной	20	45,00р.	0,90р.	0,90р.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1	0,5		
376	чай с сахаром	200/15		чай, заварка	0,5	550,00р.	0,28р.	1,03р.	0,2	0	13,4	52	0	0,06	0	0	2,88	4,5	2,4	0,5			
				сахар	15	50,00р.	0,75р.																
				вода	150	15,00р.	15,00р.																
338	фрукты свежие	1 шт		фрукты свежие	1 шт	15,00р.	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	16	11,1	9	2,2				
				итого за прием пищи	665		39,80р.	14,27	12,2	46,17	382,3	5,87	10,62	0	0,79	78,4	39,2	40,8	7,01				

ОБЕД

70	овощи натуральные соленные	60		овощи натуральные соленные	63,1	80,00р.	5,06р.	5,06р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6							
				101	суп картофельный с супкой	200		картофель	80	25,00р.	2,00р.	2,99р.	1,36	2,16	10,6	68,1	0,08	13,2	0,16	18,8	44	19,4	0,8			
								колбаса сосисая	4	60,00р.	0,24р.															
								масло	10	30,00р.	0,30р.															
								лук репчатый	8	20,00р.	0,19р.															
								масло растительное	2	110,00р.	0,22р.															
								вода	150	15,00р.	0,00р.															
								соль поваренная	0,8	12,00р.	0,01р.															
								филе кур из грудной части	77	240,00р.	18,48р.	25,62р.	14,2	17,7	11,4	280,3	0	1,46	0,11	2,5	9,22	16,7	27,1	1,9		
								хлеб пшеничный	10,2	36,00р.	0,37р.															
молоко или вода	12,8	1,28р.																								
143	рагу из овощей	150		картофель	51	38,2	25,00р.	1,28р.	5,50р.	1,79	9,24	11,17	135	0,06	8,27	20	2,89	26,2	23,2	0,79						
				лук репчатый	22,5	16,5	30,00р.	0,89р.																		
				лук репчатый	18	15	20,00р.	0,38р.																		
				кауста белокочанная свежая	68,2	94,7	20,00р.	1,36р.																		
				вода	79,5	79,5																				
				масло сливочное	3,75	3,75	485,00р.	1,82р.																		
				соль поваренная	1	12,00р.	0,01р.																			
				спудобфеты	20	25	60,00р.	1,20р.	2,26р.	0	19,4	77,4	0	0	0	0	0	9,4	0	2	0					
				сахар	20	20	50,00р.	1,00р.																		
				испеста гиммная	0,2	0,2	300,00р.	0,06р.																		
349	компот из смеси сухофруктов	200		сахар	200	200	300,00р.	0,06р.																		
				вода	200	200	36,00р.	0,72р.	0,72р.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4						
				хлеб пшеничный	20	20	36,00р.	0,72р.	1,35р.	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0,7	2,2	3	0	4,7						
	хлеб ржаной	30		хлеб ржаной	30	30	45,00р.	1,35р.																		
				итого за прием пищи	750		43,47р.	21,23	30,4	76,53	8,87	1035,9	14,74	29,03	20,27	6,89	84,22	159	86,7	9,19						
итого за день							83,27р.	35,5	42,6	122,7	1035,9	14,74	39,55	20,27	7,48	102,62	189,2	127,5	16,2							

ДЕНЬ ТРЕТИЙ

№ рецепта уры	прямая пища, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетич. ценность (ккал)					минеральные вещества (кг)						
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	злаки	крупы	фрукты	ягоды	орехи	семена	Б1	С	А	Е	Са	Р	Mg
181	каша жидкая молочная из манной крупы	200	крупа манная молоко вода сахар масло сливочное соль поваренная соль йодированная хлеб пшеничный хлеб ржаной сыр Российский масло сливочное кофейный напиток	31 100 75 6 10 1 30 20 16 10 5	31 100 75 6 10 1 30 20 16 10 5	30,00р. 50,00р. - р. 50,00р. 485,00р. 12,00р. 36,00р. 45,00р. 410,00р. 485,00р. 195,00р.	11,09р.	6,11	10,72	32,36	251	0	1,17	0	0	0	0	133,77	20,3	0	0	0,47	
15	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	30	36,00р.	1,09р.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6				
14	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	20	45,00р.	0,90р.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1				
379	сыр Российский	15	сыр Российский	16	15	410,00р.	6,56р.	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	0,1	132	75	5,5	0,2				
379	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	485,00р.	4,85р.	0,08	7,26	0,14	95,1	0	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0,02			
379	кофейный напиток с молоком	200	кофейный напиток	5	5	195,00р.	6,99р.	3,3	2,4	26,7	142,2	0	1,3	0	0	60,3	59,6	21,2	0,5				
338	вода	120	вода	120	120	- р.																	
338	сахар	20	сахар	20	20	50,00р.	1,00р.																
338	молоко	100	молоко	100	100	50,00р.	5,00р.																
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	0	16	11,1	9	2,2				
338	итого за прямую пищу	575					46,46р.	16,28	28,18	91,99	680,4	5,87	12,53	40,1	0,89	352,77	187,1	45,6	7,09				

ОБЕД

№ рецепта уры	прямая пища, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетич. ценность (ккал)					минеральные вещества (кг)						
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	злаки	крупы	фрукты	ягоды	орехи	семена	Б1	С	А	Е	Са	Р	Mg
70	овощи натуральные соевые	60	овощи натуральные соевые	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6				
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	2008	сметана соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода сладки масло растительное соль йодированная масло сливочное крупа гречневая масло сливочное соль йодированная	40 20 21,3 10 12,2 6 4 160 8 0,8 90 16,2 21,6 9 5,4 1,12 9 71 10 1	32 16 16 8 10 6 4 160 8 0,8 65,6 16,2 21,6 9 5,4 1,12 9 71 10 1	20,00р. 20,00р. 25,00р. 30,00р. 20,00р. 125,00р. 110,00р. 165,00р. 12,00р. 395,00р. 36,00р. 80,00р. 110,00р. 12,00р. 485,00р. 75,00р. 485,00р. 12,00р.	4,90р.	1,44	4	9,8	81,6	0	17,7	0,16	1,84	43,8	41,4	21,9	1,04				
268	котлета	90	говядина хлеб пшеничный молоко или вода сладки масло растительное соль йодированная масло сливочное крупа гречневая масло сливочное соль йодированная	65,6 16,2 21,6 9 5,4 1,12 9 71 10 1	65,6 16,2 21,6 9 5,4 1,12 9 71 10 1	35,59р. 36,00р. 80,00р. 110,00р. 12,00р. 485,00р. 75,00р. 485,00р. 12,00р.	41,83р.	14,51	15,1	13,2	247,2	0	0	0	0,45	4,38	100,8	24,5	2,5				
171	каша гречневая рассычатая	150	крупа гречневая масло сливочное соль йодированная	71 10 1	71 10 1	75,00р. 485,00р. 12,00р.	10,19р.	8,86	5,98	39,81	280	0,25	0	20	0,62	15,9	210,1	140	4,8				
354	исель из сухофруктов	200	сухофрукты сахар кремал картофельный исель лимонная вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	12 24 8 0,2 21,6 20 30	12 24 8 0,2 21,6 20 30	60,00р. 50,00р. 80,00р. 300,00р. 0,05р. 36,00р. 45,00р.	2,50р.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,64	0,57					
итого за обед							113,17р.	45,06	52,68	203,86	1541,2	14,85	39,16	60,28	4,96	448,71	595	250,84	21,7				



ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ

№ рецептурной урны	прямая пища, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)						витамины (мг)						минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Стоимость за 1 ед. изд.	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe								
70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6								
291	плов из птицы	200	бройлер-цыпленок, масло растительное, лук репчатый, морковь, томаты поре, кура рисовая, соль йодированная	129 9,34 10,6 13,3 6,6 46,6 1	90,6 9,34 9,34 10,6 6,6 46,6 1	150,00р. 110,00р. 20,00р. 30,00р. 125,00р. 60,00р. 12,00р.	19,35р. 1,03р. 0,21р. 0,40р. 0,83р. 2,80р. 0,01р.	16,68	14,47	30,36	325,88	0,04	2,58	0	0	8,24	0	0	1,64								
377	хлеб пшеничный, хлеб ржаной, чай с лимоном	30 20 200г	хлеб пшеничный, хлеб ржаной, чай-заварка, сахар, лимон свежий	30 20 0,5 15 8 150	30 20 0,5 15 7 150	36,00р. 45,00р. 550,00р. 50,00р. 120,00р. 15,00р.	1,08р. 0,90р. 1,99р. 0,29р. 0,95р. 15,00р.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0	0,39	6,9	25,1	9,9	0,6								
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	0	16	11,1	9	2,2								
итого за прием пищи				617		48,64р.	20,85	20,85	15,87	76,33	850,18	5,97	21,94	0	0,89	73,54	79,9	39	9,64								

ОБЕД

70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6
102	суп картофельный с бобовыми	200	картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, вода	53,3 16,2 9,6 12,6 4	40 16 8 10 4	25,00р. 50,00р. 20,00р. 30,00р. 110,00р.	1,33р. 0,81р. 0,19р. 0,38р. 0,44р.	4,48	4,32	14	112,5	0,16	7,6	0,2	3,2	30,04	66,96	28,4	1,68
239	фарш рыбные	90	соль йодированная, рыба минтай, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, соль йодированная	140 0,8 91,8 9,4 13,5 12,1 5,4 6,7 1	140 0,8 44,5 9,4 13,5 9,4 5,4 6,7 1	12,00р. 0,01р. 395,00р. 25,00р. 20,00р. 125,00р. 15,00р. 110,00р. 12,00р.	0,01р. 36,25р. 0,24р. 0,27р. 1,51р. 0,74р. 0,01р. 4,39р.	11,5	10,6	16,3	207	0,18	0,27	9	4,3	47,7	307,5	53,7	1,5
312	пюре картофельное	150	картофель, молоко, масло сливочное, соль йодированная, лимон	175,5 24 7,5 1	132 24 7,5 1	25,00р. 50,00р. 485,00р. 12,00р.	4,39р. 1,20р. 3,64р. 0,01р.	3,2	6	21,4	152,6	0,2	26	0	0,2	2	85,5	32,6	1,3
699	напиток лимонный	200	лимон, сахар, вода	24 24 214	24 24 214	50,00р. 50,00р. 36,00р.	1,20р. 1,20р. 0,72р.	0,3	0	31,4	127,2	0,006	0,4	0,2	0	25,2	39,6	19,4	0,6
	хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20 30	хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20 30	20 30	36,00р. 45,00р.	0,72р. 1,35р.	0,78	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,28	4,6	17,4	6,6	0,4
итого за прием пищи				750		81,67р.	23,36	23,36	22,22	107,06	732,1	9,276	40,37	9,4	8,76	134,54	545,16	149,1	10,78
всего за день						110,30р.	44,21	44,21	38,09	183,39	1282,28	15,186	62,31	9,4	9,65	208,08	625,06	188,1	20,42

ДЕНЬ ПЯТЫЙ

№ рецепта рецепт Уры	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав					элементарный состав					микроэлементы (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетич еская ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
223	запеканка из творога со сусленным молоком	180/60	творог крупа манная сахар яйца масло сливочное сухари сметана соль йодированная молоко сгущенное 30 хлеб пшеничный 20 хлеб ржаной 10 масло сливочное 200/15 чай-заварка сахар	169,2 10,8 14,4 7,2 7,2 7,2 0,9 60 30 20 10 0,5 15 150	165,6 10,8 14,4 7,2 7,2 7,2 0,9 60 30 20 10 0,5 15 150	240,00р. 35,00р. 50,00р. 6,00р. 485,00р. 80,00р. 165,00р. 12,00р. 190,00р. 11,40р. 36,00р. 45,00р. 485,00р. 530,00р. 50,00р.	58,42р. 3,38р. 7,20р. 0,04р. 3,49р. 0,59р. 1,19р. 0,01р. 11,40р. 1,09р. 0,90р. 4,85р. 1,03р. 15,00р. 81,27р.	25,08	20,7	26,4	404,2	0,09	0,81	0,09	2,07	111,6	174,9	35,8	1,26			
333	бублики свиные	1 шт 600	бублики свиные	1 шт 1 шт	1 шт 1 шт	15,00р. 15,00р.	15,00р. 81,27р.	0,4 28,63	0,4 29,26	9,87 72,71	44,3 688,9	0,03 5,96	10 10,93	0 40,09	0 2,96	11,1 221,6	9 57,1	2,2 7,69				

№ рецепта рецепт Уры	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав					элементарный состав					микроэлементы (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетич еская ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
140	свекла, тушенная в соусе	60	свекла лук репчатый масло растительное соль йодированная соус сметана мука пшеничная вода	60,4 18 3 1 15 3,75 1,88 11,2	63 15 3 1 15 3,75 1,88 11,2	25,00р. 25,00р. 110,00р. 12,00р. 110,00р. 30,00р. 0,06р.	2,01р. 0,45р. 0,33р. 0,01р. - р. 0,41р. 0,06р. - р.	1,42	4,25	6,41	69,6	0,02	0,81	28,38	0,18	31,44	12,06	0,85				
69	суп из овощей со сметаной	200/6	картофель картофель морковь лук репчатый горошек зеленый консервированный масло растительное вода сметана соль йодированная говядина хлеб пшеничный молоко или вода лук репчатый масло растительное мука пшеничная масло растительное соль йодированная крупа рисовая вода масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода	20 53,3 10 9,6 9,2 4 150 6 0,8 77,9 11,9 18 36 4,5 5,9 4,5 1,12 52,5 110,2 5,25 1 20 20 0,2 200 20 30	16 40 8 8 6 4 150 8 0,8 56,9 11,9 18 29,9 4,5 5,9 4,5 1,12 52,5 110,2 5,25 1 25 20 0,2 200 20 30	20,00р. 25,00р. 30,00р. 20,00р. 138,80р. 110,00р. 165,00р. 12,00р. 395,00р. 36,00р. 20,00р. 110,00р. 35,00р. 110,00р. 12,00р. 45,00р. 485,00р. 12,00р. 60,00р. 50,00р. 300,00р. 36,00р. 45,00р.	0,40р. 1,39р. 0,30р. 0,19р. 1,28р. 0,44р. - р. 1,39р. 0,01р. 30,77р. 0,43р. - р. 0,72р. 0,59р. 0,21р. 0,50р. 0,01р. 2,36р. 2,55р. 0,01р. 1,20р. 1,00р. 0,06р. 0,72р. 1,35р.	2,4	3,3	8,1	72,8	0,08	8,8	0,16	0,16	24	42,4	17,5	0,64			
278	тефтели	90	говядина хлеб пшеничный молоко или вода лук репчатый масло растительное мука пшеничная масло растительное соль йодированная крупа рисовая вода масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода	77,9 11,9 18 36 4,5 5,9 4,5 1,12 52,5 110,2 5,25 1 20 20 0,2 200 20 30	56,9 11,9 18 29,9 4,5 5,9 4,5 1,12 52,5 110,2 5,25 1 25 20 0,2 200 20 30	395,00р. 36,00р. 20,00р. 110,00р. 35,00р. 110,00р. 12,00р. 45,00р. 485,00р. 12,00р. 60,00р. 50,00р. 300,00р. 36,00р. 45,00р.	33,13р. 3,31р. - р. 0,72р. 0,59р. 0,21р. 0,50р. 0,01р. 2,36р. 2,55р. 0,01р. 1,20р. 1,00р. 0,06р. 0,72р. 1,35р.	11,9	14,8	10,6	223,4	0	1,8	0	0,56	6,8	73,2	16,4	1,91			
305	рис припущенный	150	крупа рисовая вода масло сливочное соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода	52,5 110,2 5,25 1 20 20 0,2 200 20 30	52,5 110,2 5,25 1 25 20 0,2 200 20 30	45,00р. 2,36р. 485,00р. 12,00р. 60,00р. 50,00р. 300,00р. 36,00р. 45,00р.	4,92р. - р. 2,55р. 0,01р. 1,20р. 1,00р. 0,06р. 0,72р. 1,35р.	3,64	4,3	36,67	200	0,02	0	21	0,27	2,42	19	0,51				
349	котлет из смеси сухофруктов	200	соль йодированная сухофрукты сахар кислота лимонная вода	1 20 20 0,2 200	1 25 20 0,2 200	12,00р. 60,00р. 50,00р. 300,00р. 36,00р.	2,26р. 1,35р. 0,06р. 0,72р. 1,35р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	9,4	2	0				
	хлеб пшеничный хлеб ржаной	20 30	хлеб пшеничный хлеб ржаной	20 30	20 30	36,00р. 45,00р.	0,72р. 1,35р.	0,2 2,6	0,2 2,6	9,66 12,8	47 77,7	0,03 8,7	0 0,1	0 0,7	0,26 2,2	4,6 3	6,6 0	0,4 4,7				
	шпатель за прим. пищи всего за день	758					47,69р. 128,92р.	21,32 49,95	23,60 52,86	97,23 169,94	688,30 1387,2	5,63 14,79	10,70 21,63	21,16 61,25	1,95 4,91	49,42 190,7	61,60 178,7	8,16 15,64				



ДЕНЬ ШЕСТОЙ

№ рецептурной урлы	прим. лиц. наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетич. состав (ккал)	витамины (мг)						минеральные вещества (мг)											
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fs											
<b>ЗАВТРАК</b>																														
204	кукуруза консервированная	60	кукуруза консервированная	60	138,80р.	8,33р.	1,55	2,2	9	0,05	41,8	5,5	0	1,2	10,73	29,98	10,4	0,34												
	макаронные изделия	63	макаронные изделия	63	40,00р.	2,52р.	4,5	7,4	21	170	0,1	0	0	0,8	41,5	7,7	0,7													
	масло сливочное	7,2	масло сливочное	7,2	48,00р.	3,45р.																								
	сыр Российский	31,5	сыр Российский	31,5	410,00р.	12,92р.																								
	соль йодированная	0,9	соль йодированная	0,9	12,00р.	0,01р.																								
	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	30	36,00р.	1,08р.	1,17	0,3	14,4	70,5	0,04	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6													
	хлеб ржаной	20	хлеб ржаной	20	45,00р.	0,90р.	1,7	0,6	8,5	51,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1													
377	чай с лимонком	200/7	чай-заварка	0,5	550,00р.	0,28р.	1,99р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	27,2	15,5	11,7	1,5												
	лимон свежий	8	лимон свежий	8	120,00р.	0,99р.																								
	вода	150	вода	150																										
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	0	16	11,1	9	2,2												
<b>итого за прием пищи</b>				1 шт		<b>46,23р.</b>	<b>9,72</b>	<b>10,9</b>	<b>74,47</b>	<b>428</b>	<b>6,02</b>	<b>18,86</b>	<b>0</b>	<b>2,79</b>	<b>72,43</b>	<b>126,18</b>	<b>48,7</b>	<b>8,44</b>												

ОБЕД

70	овощи натуральные соленные	63,1	овощи натуральные соленные	63,1	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6
102	суп картофельный с бобовыми	200	картофель	53,3	25,00р.	1,33р.	4,48	4,32	14	112,5	0,16	7,6	0,2	3,2	39,04	66,96	28,4	1,88
			фасоль	16,2	50,00р.	0,81р.												
			лук репчатый	9,6	20,00р.	0,19р.												
			морковь	12,6	30,00р.	0,38р.												
			масло растительное	4	110,00р.	0,44р.												
			вода	140		0,00р.												
			соль йодированная	0,8	12,00р.	0,01р.												
292/31	птица тушеная в соусе с овощами	50/150/30	бройлер целеноск	175,2	127,8	150,00р.	26,73р.	10,37	12,9	198	0,14	8,71	37,5	0	59,04	138,96	33,46	3,04
			масло растительное	10,8	110,00р.	1,19р.												
			картофель	100,5	75	25,00р.	2,51р.											
			морковь	43,5	34,5	30,00р.	1,31р.											
			петрушка (корень)	4,5	4	150,00р.	0,68р.											
			лук репчатый	18	15	20,00р.	0,36р.											
			горошек зеленый консервированный	12	7,5	138,80р.												
			соль йодированная	1	1	12,00р.	1,67р.											
			соус	30		0,01р.												
			сыр	7,5	7,5	165,00р.	1,24р.											
			сыр	2,25	2,25	35,00р.	0,08р.											
			Мука пшеничная	22,5	22,5													
			вода	3	3	125,00р.	0,38р.											
348	комлот из смеси сушеных фруктов	200	томатное пюре	20	25	60,00р.	1,20р.	0	19,4	77,4	0	0	0	9,4	0	2	0	0
			сушеный перец	20	20	50,00р.	1,00р.											
			сахар	0,2	0,2	300,00р.	0,06р.											
			яблоко лимонная	200	200													
			вода	20	20	36,00р.	0,72р.	0,2	9,66	47	0,03	0	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
			хлеб пшеничный	20	20	45,00р.	1,35р.	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
			хлеб ржаной	30	30	45,00р.	1,35р.	1	15,99	70,26	9,03	22,41	37,7	4,26	128,08	252,52	78,66	10,42
<b>итого за прием пищи</b>						<b>46,66р.</b>	<b>21,7</b>	<b>45,99</b>	<b>144,73</b>	<b>948,7</b>	<b>15,05</b>	<b>41,27</b>	<b>37,7</b>	<b>7,05</b>	<b>200,51</b>	<b>376,7</b>	<b>127,56</b>	<b>18,86</b>
<b>итого за день</b>						<b>94,97р.</b>	<b>31,42</b>	<b>26,89</b>	<b>288,96</b>	<b>1947,4</b>	<b>30,10</b>	<b>82,68</b>	<b>75,4</b>	<b>14,05</b>	<b>428,91</b>	<b>803,21</b>	<b>256,22</b>	<b>81,66</b>

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ СЕДЬМОЙ

№ рецепта уры	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)					витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 ед. из	Стоимость	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe								
174	каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10	крупа рисовая	44	44	60,00р.	2,64р.	12,80р.	6,09	10,88	47,99	315	0,07	0,86	5,48	0	137,99	38,53	167,24	0,87						
				100	100	50,00р.	5,00р.																			
				55	55	- р.																				
				6	6	50,00р.	0,30р.																			
				10	10	485,00р.	4,85р.																			
				1	1	12,00р.	0,01р.																			
				30	30	35,00р.	1,09р.																			
				20	20	45,00р.	0,90р.																			
				10	10	485,00р.	4,85р.																			
				10	10	485,00р.	4,85р.																			
				15	15	410,00р.	6,56р.																			
				5	5	195,00р.	0,98р.																			
				120	120																					
				20	20	50,00р.	1,00р.																			
				100	100	50,00р.	5,00р.																			
				1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.																			
				338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	10	0	16	11,1	9	2,2				
итого за прием пищи				585				48,17р.	16,24	28,34	107,6	744,4	5,94	12,32	94,9	396,99	216,33	212,84	7,49							

ЗАВТРАК

ОБЕД

70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	13,8	25,2	8,4	0,6				
103	от картофеля с макаронными изделиями	200	картофель	80	80	25,00р.	2,00р.	3,04р.	3,12	2,2	15,2	83,6	0,08	4,8	0,16	0,32	17,6	43,2	16,8	0,72			
				8	8	40,00р.	0,32р.																
				10	8	30,00р.	0,30р.																
				9,6	8	20,00р.	0,19р.																
				2	2	110,00р.	0,22р.																
				140	140		- р.																
				0,8	0,8	12,00р.	0,01р.																
				60	60	365,00р.	35,55р.																
				16,2	16,2	35,00р.	0,58р.																
				21,6	21,6		- р.																
9	9	80,00р.	0,72р.																				
5,4	5,4	110,00р.	0,59р.																				
1,12	1,12	12,00р.	0,01р.																				
9	9	485,00р.	4,37р.																				
60	60	75,00р.	4,50р.																				
10	10	485,00р.	4,85р.																				
1	1	12,00р.	0,01р.																				
20	20	60,00р.	1,20р.																				
20	20	50,00р.	1,00р.																				
0,2	0,2	300,00р.	0,60р.																				
200	200																						
20	20	35,00р.	0,72р.																				
30	30	45,00р.	1,35р.																				
750	итого за прием пищи							111,78р.	44,85	53,34	220,46	1854,1	15,05	23,238	95,06	2,82	424,37	405,93	271,14				



**ДЕНЬ ВОСЬМОЙ**

№ рецепта уры	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетический состав					элементарный состав					минеральные вещества (мг)									
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
																												Стоимость ст. единиц	Стоимость		
210	омлет натуральный	150	яйца молоко или вода масло сливочное соль йодированная масло сливочное яйца кабаржанская хлеб пшеничный хлеб ржаной масло сливочное какао-порошок молоко вода сахар	3 38,5 5,1 1,07 14,1 63 30 20 10 4 100 110 20	114,2 38,5 5,1 1,07 14,1 60 30 20 10 4 100 110 20	6,00р. 12,00р. 485,00р. 12,00р. 485,00р. 80,00р. 36,00р. 45,00р. 130,00р. 50,00р. 50,00р. 50,00р. 1,00р.	21,32р. 15,4 0,72 1,17 0,3 0,3 1,44 0,04 0 0,39 0,27 0	25,5 2,5	4,83 14,4 7,05 5,18 0,14 134	0,03 0,04 0,03 5,8 0 0	46,8 14,4 70,5 51,8 85 24,8	0,03 0,04 0,03 5,8 0,14 0	0,27 0,3	0 0	0 0	0,27 0,3	0 0	0,39 0,06 0,1 0	0 0	19,2 26,1 1,4 2,4 121	0 0	0 0	0 0	95,5 247,7	0 0	0 0	20 20	2,7			
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	22,37	38,39	9,87	64,84	870,6	44,3	0,03	11,1	16	0,89	282,4	379,9	52,9	9,87	0,89	282,4	379,9	52,9	9,87	0,89	282,4	379,9	52,9	9,87
<b>ЗАВТРАК</b>																															
<b>ОБЕД</b>																															
70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	1,5	8,1	0	0	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6											
88	щи из свежей капусты с картофелем	200	капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное вода соль йодированная бромилер-целлюлоз масло растительное лук репчатый морковь томатное пюре крупа рисовая соль йодированная пшеница ошпаренная сахар вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	50 32 10 12,1 2 4 160 0,8 129 9,34 10,6 13,3 6,6 46,6 1 20 20 200 20 30	40 24 8 10 2 4 160 0,8 90,6 9,34 10,6 10,6 6,6 46,6 1 20 20 200 20 30	20,00р. 25,00р. 30,00р. 20,00р. 125,00р. 110,00р. 12,00р. 150,00р. 110,00р. 20,00р. 30,00р. 125,00р. 60,00р. 12,00р. 100,00р. 50,00р. 36,00р. 45,00р.	3,04р. 1,44 0,52 0,16 0,04	4 0,1	64,4 8,1	0 0	26,7 0,16	41,2 1,76	0 0	8,24	0 0	0,1 1,76	25,2 15,4	8,4 15,4	0,6 0,72												
281	плов из птицы	200	плов из птицы	200	200	100,00р.	2,00р.	200	30,36	325,88	0,04	2,58	0	8,24	0	0	0	0	0	1,64											
388	напиток из пшеницы шиповника	200	напиток из пшеницы шиповника	200	200	100,00р.	2,00р.	200	149,08	143,8	0	200	0,2	13	3	0	3,71	457,4	86,3	16,33											
<b>всего за день</b>																															

№ рецепта уры	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетический состав					элементарный состав					минеральные вещества (мг)									
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
																												Стоимость ст. единиц	Стоимость		
70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	1,5	8,1	0	0	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6											
88	щи из свежей капусты с картофелем	200	капуста свежая картофель морковь лук репчатый томатное пюре масло растительное вода соль йодированная бромилер-целлюлоз масло растительное лук репчатый морковь томатное пюре крупа рисовая соль йодированная пшеница ошпаренная сахар вода хлеб пшеничный хлеб ржаной	50 32 10 12,1 2 4 160 0,8 129 9,34 10,6 13,3 6,6 46,6 1 20 20 200 20 30	40 24 8 10 2 4 160 0,8 90,6 9,34 10,6 10,6 6,6 46,6 1 20 20 200 20 30	20,00р. 25,00р. 30,00р. 20,00р. 125,00р. 110,00р. 12,00р. 150,00р. 110,00р. 20,00р. 30,00р. 125,00р. 60,00р. 12,00р. 100,00р. 50,00р. 36,00р. 45,00р.	3,04р. 1,44 0,52 0,16 0,04	4 0,1	64,4 8,1	0 0	26,7 0,16	41,2 1,76	0 0	8,24	0 0	0,1 1,76	25,2 15,4	8,4 15,4	0,6 0,72												
281	плов из птицы	200	плов из птицы	200	200	100,00р.	2,00р.	200	30,36	325,88	0,04	2,58	0	8,24	0	0	0	0	0	1,64											
388	напиток из пшеницы шиповника	200	напиток из пшеницы шиповника	200	200	100,00р.	2,00р.	200	149,08	143,8	0	200	0,2	13	3	0	3,71	457,4	86,3	16,33											
<b>всего за день</b>																															



**ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ**

№ рецепта уры	применяемые наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
288	горюшек зеленый консервированный Биточки	60	горюшек зеленый консервированный	60	60	138,00р.	8,33р.	1,50	2,2	9	41,8	0,05	5,5	0	1,2	10,73	29,98	10,4	0,34		
		90	говядина	66,6	395,00р.	35,55р.	41,83р.	14,51	15,1	13,2	247,2	0	0	0	0,45	4,38	100,8	24,5	2,5		
		16,2	хлеб пшеничный	16,2	36,00р.	0,58р.															
		21,6	молоко или вода	21,6	-	-															
		9	сухари	9	80,00р.	0,72р.															
		5,4	масло растительное	5,4	110,00р.	0,58р.															
		1,12	соль йодированная	1,12	12,00р.	0,01р.															
		9	макаронные изделия	9	485,00р.	4,37р.															
		50	масло сливочное	50	40,00р.	2,00р.															
		7,1	масло сливочное	7,1	485,00р.	3,44р.															
202/203	макаронные изделия отварные с маслом	150	макаронные изделия	1	1	12,00р.	0,01р.	5,46р.	4,8	31,3	0,1	0	0	0,8	11	36	7	0,8			
		30	хлеб пшеничный	30	30	36,00р.	1,08р.	1,08р.	1,17	0,3	14,4	0,04	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,6		
		20	хлеб ржаной	20	45,00р.	0,90р.	0,90р.	1,7	0,6	8,5	51,8	5,8	0,06	0	0,4	1,4	2	0	3,1		
		200/7	чай с лимоном	0,5	0,5	560,00р.	0,28р.	1,99р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	0	27,2	15,5	11,7	1,5	
377	фрукты свежие	15	сахар	15	15	50,00р.	0,75р.														
		8	лимон свежий	8	7	120,00р.	0,96р.														
		150	вода	150	150	15,00р.	15,00р.														
		1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	0	16	11,1	9	2,2		
		657	итого за прием пищи					74,58р.	25,23р.	23,40р.	97,97р.	6,02р.	16,86р.	0,00р.	3,24р.	77,61р.	221,48р.	72,50р.	11,04р.		

№ рецепта уры	применяемые наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
70	овощи натуральные соленые	60	овощи натуральные соленые	63,1	60	80,00р.	5,05р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6		
		200/8	борщ с капустой и картофелем со сметаной	40	32	20,00р.	0,80р.	4,90р.	1,44	4	9,8	81,6	0	17,7	0,16	1,84	43,6	41,4	21,9	1,04	
		21,3	картофель	16	25,00р.	0,53р.															
		10	морковь	8	30,00р.	0,30р.															
		12,2	лук репчатый	10	20,00р.	0,24р.															
		6	томатное пюре	6	125,00р.	0,75р.															
		4	масло растительное	4	110,00р.	0,44р.															
		2	сахар	2	50,00р.	0,10р.															
		160	вода	160	-	-															
		8	сметана	8	165,00р.	1,32р.															
234	биточки рыбные	90	биточки рыбные	118	90	145,00р.	17,11р.	22,82р.	11	10,9	13,4	195,7	0	0,56	0	54,1	0	21,9	1,11		
		15,1	хлеб пшеничный	15,1	36,00р.	0,54р.															
		21,9	молоко	21,9	50,00р.	1,10р.															
		8,4	сухари	8,4	50,00р.	0,42р.															
		8,4	масло растительное	8,4	110,00р.	0,92р.															
		5,6	масло сливочное	5,6	485,00р.	2,72р.															
		1,12	соль йодированная	1,12	12,00р.	0,01р.															
		207	картофель	207	154,5	25,00р.	5,19р.														
		7,1	масло сливочное	7,1	485,00р.	3,44р.															
		1	соль йодированная	1	12,00р.	0,01р.															
125	картофель отварной	150	картофель отварной	12	12	60,00р.	0,72р.	8,63р.	3,1	6,99	20,84	166,96	0	21,55	0	27,33	0	31,16	1,33		
		200	исоль на сухофруктах	24	24	50,00р.	1,20р.	2,62р.	0,11	0,12	25,1	119,2	0	1,83	0	11,46	0	3,64	0,57		
		8	картофель	8	80,00р.	0,64р.															
		0,2	красный картофельный	0,2	300,00р.	0,06р.															
		216	лимонная кислота	216	216	36,00р.	0,72р.														
		20	хлеб пшеничный	20	20	36,00р.	0,72р.														
		30	хлеб ржаной	30	30	45,00р.	1,35р.														
		750	итого за прием пищи					120,66р.	44,76	46,71	191,07	1392,48	14,75	66,6	0,16	6,14	234,7	306,48	166,1	20,79	

сметана





ДЕНЬ ОДИННАДЦАТЫЙ

№ рецептурной карты	прям пицц, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		стоимость		химический состав				энергетическая ценность (ккал)					витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
				брутто	нетто	Цена за 1 кг	Стоимость блюда	белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe								
70	овощи натуральные соленые	60	овощи натуральные соленые	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	0	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6	0,6				
294	котлета из курицы	90	филе кур к грудной части хлеб пшеничный молоко или вода яйца куриные масло сливочное масло растительное для прожарки	77	72	240,00р.	18,48р.	14,2	17,7	11,4	280,3	0	0	1,46	0,11	2,5	9,22	16,7	27,1	1,9	1,9					
331	соус сметанный с томатом	30	сметана мука пшеничная вода томатное пюре соль йодированная крупя гречневая масло сливочное соль йодированная хлеб пшеничный хлеб ржаной	7,5 2,25 22,5 3 0,24 71 10 1 30 20	7,5 2,25 22,5 3 0,24 71 10 1 30 20	243,63р. 48,03р. - р. 0,50р. 5,33р. 485,00р. 4,85р. 12,00р. 36,00р. 45,00р.	1,83р. 0,11р. - р. 0,50р. 5,33р. 485,00р. 4,85р. 12,00р. 36,00р. 45,00р.	0,5	1,5	2,1	24	0	0,41	0	0	0	8,7	0	2,84	0,12	0,12					
171	маха гречневая рассыпчатая	150	маха гречневая рассыпчатая соль йодированная масло сливочное	71 10 1	71 10 1	15,18р. 5,33р. 485,00р.	0,00р. 5,33р. 4,85р.	8,66	5,98	39,81	290	0,25	0	20	0,62	15,9	210,1	140	4,8	4,8						
377	хлеб пшеничный хлеб ржаной чай с лимоном	30 20 2007	хлеб пшеничный хлеб ржаной чай-заварка сахар	1 1 0,5 15	1 1 0,5 15	12,00р. 36,00р. 50,00р. 50,00р.	0,01р. 1,08р. 0,28р. 0,75р.	1,17 1,7 0,4	0,3 0,6 0	14,4 8,5 11,7	70,5 51,8 49,6	0,04 5,8 0	0	0,05	0	0,39 0,4 0	26,1 2 15,5	9,9 0 11,7	0,6 3,1 1,5	0,6 3,1 1,5						
338	фрукты свежие	100	фрукты свежие	1шт	1шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,67	44,3	0,03	10	11,1	9	2,2	14,7	14,7	14,7	14,7	14,7					
887	пицца за прямым пицц	887	фрукты свежие	1шт	1шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,67	44,3	0,03	10	11,1	9	2,2	14,7	14,7	14,7	14,7	14,7					

ЗАВТРАК		ОБЕД	
70	овощи натуральные соленые	60	60
101	суп картофельный с грибами	200	200
229	рыба, тушенная в томате с овощами	90	90
312	пюре картофельное	150	150
349	компот из смеси сухофруктов	200	200
	хлеб пшеничный хлеб ржаной	30 30	30 30
	итого за первый пицц	750	750
	всего за день		



ДЕНЬ ДВЕНАДЦАТЫЙ

№ рецептур	прим. пищи, наименование блюда	масса порции	продукты	масса		способность		химический состав			энергетич. ценность	витамины (мг)						минеральные вещества (мг)			
				брутто	нетто	Цена за 1 шт	Стоимость	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6		
205	макаронные изделия с овощами	180	макаронные изделия, морковь, петрушка (корень), лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, соль йодированная, хлеб пшеничный, хлеб ржаной	63 18 6,4 13,6 10 7,2 1,2 30 20	63 14,4 6 11,5 10 7,2 1,2 30 20	40,00р. 30,00р. 150,00р. 20,00р. 125,00р. 110,00р. 12,00р. 36,00р. 45,00р.	2,52р. 0,54р. 0,95р. 0,27р. 1,25р. 0,79р. 0,01р. 1,08р. 0,90р.	6,4	8,3	37,7	243,6	0,07	0,02	0	0	17,5	0	0	0,08		
14	масло сливочное	10	масло сливочное	10	10	485,00р.	4,85р.	0,08	7,26	0,14	56,1	0	0	40	0,1	2,4	3	0	0,02		
377	чай с лимоном	200/7	чай, сахар, лимон свежий, вода	0,5 15 8 150	0,5 15 7 120,00р.	550,00р. 0,75р. 0,95р.	1,99р.	0,4	0	11,7	49,6	0	3,3	0	0	27,2	15,5	11,7	1,5		
338	фрукты свежие	1 шт	фрукты свежие	1 шт	1 шт	15,00р.	15,00р.	0,4	0,4	9,87	44,3	0,03	10	0	0	16	11,1	9	2,2		
	итого за прием пищи	607					35,21р.	10,65	16,96	83,81	534	5,94	19,38	40	0,99	85,2	82,9	39	8,1		
								ОБЕД													
70	овощи натуральные соленные	60	овощи натуральные соленные	63,1	60	80,00р.	5,05р.	0,5	0,1	1,5	8,1	0	6	0	0,1	13,8	25,2	8,4	0,6		
88	щи из свежей капусты с картофелем	200	капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, вода, соль йодированная, мясо птицы, масло растительное, картофель, морковь, томатное пюре, масло растительное, соль йодированная, мука пшеничная, сухобурки, сахар, кислота лимонная, вода	50 32 10 12,1 2 4 160 153,6 3,2 128,4 25,2 7,2 14,4 4,8 1 1,2 20 20 0,2 200	40 24 8 10 2 4 160 108,8 3,2 96 20,4 7,2 12 4,8 1 1,2 25 20 0,2 200	20,00р. 25,00р. 30,00р. 20,00р. 125,00р. 110,00р. 12,00р. 150,00р. 110,00р. 25,00р. 3,21р. 30,00р. 0,75р. 0,90р. 0,29р. 0,53р. 12,00р. 35,00р. 60,00р. 1,00р. 300,00р. 0,05р.	1,00р. 0,80р. 0,30р. 0,29р. 0,25р. 0,44р. - р. 23,04р. 0,35р. 3,21р. 0,75р. 0,90р. 0,29р. 0,53р. 0,01р. 0,04р. 1,20р. 1,00р. 0,05р.	1,44	4	5,52	64,4	0	26,7	0,16	1,76	41,2	28,9	15,4	0,72		
288	рату из птицы	200	мясо птицы, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, вода	160 153,6 3,2 128,4 25,2 7,2 14,4 4,8 1 1,2 20 20 0,2 200	160 108,8 3,2 96 20,4 7,2 12 4,8 1 1,2 25 20 0,2 200	12,00р. 150,00р. 110,00р. 25,00р. 3,21р. 30,00р. 0,75р. 0,90р. 0,29р. 0,53р. 12,00р. 35,00р. 60,00р. 1,00р. 300,00р. 0,05р.	29,13р.	19,9	21	1,6	26,5	0,23	19,7	2,5	3,2	72,6	464,6	90,3	6,4		
349	ююлот из омеги сухофруктов	200	ююлот из омеги сухофруктов, сахар, кислота лимонная, вода	1,2 20 20 0,2 200	1,2 25 20 0,2 200	35,00р. 60,00р. 1,00р. 300,00р. 0,05р.	2,26р.	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	9,4	0	2	0		
	итого за прием пищи	750																			
	итого за обед																				
	среднее за обед																				
	итого по меню																				
	итого за завтрак																				
	среднее за завтрак																				
	итого за обед																				
	среднее за обед																				

Разработано на основании:

1. Методические рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20
2. "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" Десяти плюс 2015 год/ год ред. М.П.Могильного, В.А. Тугельяна
3. "Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях" Десяти плюс 2014 год/ год ред. М.П.Могильного, В.А. Тугельяна
4. "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" Уральский РЦП, по ред. Перевалова А.Я., г.Пермь, 2011г