

Составитель  
ИГУ ЗПП  
Семашкина Н.В.

"Утверждаю"



Директор СОИ №23  
Цукрова И.Ю.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ**  
на период 2015 - 2016 учебного года

1 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<i>Тефтеля рыбная</i>			<i>75/50</i>	<i>100/50</i>	<i>516</i>
Судак	0,1	0,048			
Хлеб пшеничный	0,1	0,048			
Молоко или вода	0,01	0,01			
Лук репчатый	0,012	0,01			
Мука	0,006	0,006			
Масло растительное	0,005	0,005			
<i>Картофельное пюре</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>694</i>
Картофель	0,225	0,169			
Молоко	0,032	0,03			
Масло сливочное	0,09	0,09			
Соль	0,001	0,001			
<i>Кисель с витамином С</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>883</i>
Кисель из концентрата	0,024	0,024			
Сахар	0,013	0,013			
Вода	0,95	0,95			
Лимонная кислота	0,0001	0,0001			
<i>Хлеб</i>			<i>30</i>	<i>30</i>	
<b>САЛАТ</b>					
<i>Картофельный</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>71/73</i>
Картофель	0,116	0,084			
Лук зеленый или свежий репчатый	0,024/0,02	0,017			
Огурец соленый или соленая капуста	0,031/0,36	0,025/0,025			
Морковь	0,014	0,01			
Масло растительное	0,015	0,015			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Суп гороховый</i>			<i>250</i>	<i>250</i>	<i>206</i>
Горох	0,020	0,020			
Картофель свежий	0,083	0,062			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Морковь	0,012,5	0,010			
Масло растительное	0,005	0,005			
Соль	0,001	0,001			



*Бешманов Г. В. ЛФ*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Зелень свежая	0,002	0,002			
Лавровый лист	0,001	0,001			
Бульон или вода	0,162	0,162			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Тефтеля рыбная</i>			<i>75/50</i>	<i>100/50</i>	<i>516</i>
Судак	0,1	0,048			
Хлеб пшеничный	0,1	0,048			
Молоко или вода	0,01	0,01			
Лук репчатый	0,012	0,01			
Мука	0,006	0,006			
Масло растительное	0,005	0,005			
<i>Азу по-татарски</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>596</i>
Говядина	0,100	0,073			
Масло растительное	0,07	0,07			
Томат	0,009	0,009			
Лук репчатый	0,018	0,015			
Мука	0,003	0,003			
Огурец соленый	0,031	0,018			
Картофель	0,118	0,089			
Чеснок	1грамм	1грамм			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Гречка</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>679</i>
Крупа гречневая	0,059	0,059			
Масло растительное	0,005	0,005			
Масло сливочное	0,005	0,005			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Кисель с витамином С</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>883</i>
Кисель из концентрата	0,024	0,024			
Сахар	0,013	0,013			
Вода	0,95	0,95			
Лимонная кислота	0,0001	0,0001			
<i>Сок апельсиновый</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>Чай с молоком</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>945</i>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<i>Булочка ярославская</i>			<i>50</i>	<i>50</i>	<i>110</i>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			



*Итого 7.5 л/д*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка домашняя</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>109</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Пирожок со свеклой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			
<b>Кекс чайный</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>84</b>
Мука	0,24	0,24			
Сахар	0,018	0,018			
Масло сливочное	0,018	0,018			
Яйцо	1-3 шт	1-3 шт			
Изюм	0,008	0,008			
Соль	0,005	0,005			
Сахарная пудра	0,0008	0,0008			
Разрыхлитель	0,001	0,001			

2 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<b>Котлета из курицы</b>			<b>75/40</b>	<b>100/40</b>	<b>668</b>
Фарш куриный	0,069	0,069			
Хлеб пшеничный	0,017	0,017			
Молоко или вода	0,024	0,24			
Сухари	0,010	0,010			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Каша пшеничная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>679</b>
Пшеничная крупа	0,057	0,057			
Масло растительное	0,004	0,004			



*Бюджетное учреждение*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Масло сливочное	0,004	0,004			
Соль	0,001	0,001			
<b>Компот из с/фруктов</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<b>Хлеб</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	

**САЛАТ**

<b>Из свежей моркови</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>92</b>
Морковь	0,081	0,065			
Яблоки свежие	0,023	0,20			
Сметана	0,015	0,015			
Сахар	0,002	0,002			
<b>Из свежей капусты</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>79</b>
Капуста свежая	0,085	0,068			
Клюква свежая	0,011	0,010			
Лук зеленый	0,013	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Уксус 3%	0,010	0,010			
Сахар	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			

**ПЕРВЫЕ БЛЮДА**

<b>Рассольник</b>			<b>250/5</b>	<b>250/5</b>	<b>197</b>
Картофель свежий	0,100	0,075			
Крупа перловая	0,008	0,008			
Морковь	0,012	0,010			
Лук репчатый	0,006	0,005			
Огурец соленый	0,017	0,015			
Томатное пюре	0,008	0,008			
Масло растительное	0,005	0,005			
Бульон или вода	0,175	0,175			
Соль	0,001	0,001			
Зелень свежая	0,003	0,003			
Сметана	0,005	0,005			

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

<b>Котлета из курицы</b>			<b>100/40</b>	<b>100/40</b>	<b>668</b>
Фарш куриный	0,069	0,069			
Хлеб пшеничный	0,017	0,017			
Молоко или вода	0,024	0,24			
Сухари	0,010	0,010			
Масло растительное	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Картофель запеченный с рыбой</b>			<b>180</b>	<b>180</b>	<b>502</b>



*Всего на сумму 1.5 руб*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Судак	0,123	0,063			
Картофель	0,106	0,077			
Соус № 789	0,064	0,064			
Сыр	0,003	0,003			
Масло растительное	0,006	0,006			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Каша пшеничная</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>679</i>
Пшеничная крупа	0,057	0,057			
Масло растительное	0,004	0,004			
Масло сливочное	0,004	0,004			
Соль	0,001	0,001			
<i>Рагу овощное</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>321</i>
Картофель	0,053	0,39			
Морковь	0,039	0,021			
Лук репчатый	0,028	0,011			
Репа	0,041	0,024			
Капуста свежая	0,030	0,021			
Масло растительное	0,008	0,008			
Соус № 783	0,058	0,58			
Горошек зеленый	0,01	0,01			
Кабачки	0,035	0,023			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Чай с сахаром</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>943</i>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<i>Компот из с/фруктов</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>868</i>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<i>Булочка дорожная</i>			<i>50</i>	<i>50</i>	<i>110</i>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<i>Булочка сдобная</i>			<i>80</i>	<i>80</i>	<i>106</i>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			



*Иванов И. И.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка домашняя</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>109</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Ватрушка с повидлом</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>1058</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Повидло	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			
Сахарная пудра	0,0001	0,0001			
<b>Пирожок с капустой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			

3 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<b>Голубцы с мясом</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>636</b>
Капуста свежая	0,163	0,130			
Говядина	0,110	0,081			
Рис крупа	0,011	0,030			
Лук репчатый	0,021	0,018			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>945</b>
Чай заварка	0,050	0,050			



*Высшаяшая Т. П. Жу*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<i>Хлеб</i>			<i>30</i>	<i>30</i>	
<b>САЛАТ</b>					
<i>Из моркови</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>92</i>
Морковь	0,081	0,065			
Яблоки свежие	0,023	0,20			
Сметана	0,015	0,015			
Сахар	0,002	0,002			
<i>Из свеклы</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>25</i>
Свекла	0,091	0,071			
Сыр	0,017	0,015			
Чеснок	0,004	0,002			
Масло растительное	0,015	0,015			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Суп с рисовой крупой</i>			<i>250</i>	<i>250</i>	<i>204</i>
Картофель свежий	0,107	0,080			
Рис крупа	0,010	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Масло растительное	0,003	0,003			
Бульон или вода	0,188	0,188			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Голубцы с мясом</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>636</i>
Капуста свежая	0,163	0,130			
Говядина	0,110	0,081			
Рис крупа	0,011	0,030			
Лук репчатый	0,021	0,018			
Масло растительное	0,005	0,005			
<i>Котлета мясная</i>			<i>100/40</i>	<i>100/40</i>	<i>608</i>
Говядина	0,101	0,074			
Хлеб пшеничный	0,018	0,018			
Молоки или вода	0,022	0,022			
Сухари	0,011	0,011			
Масло растительное	0,007	0,007			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Картофельное пюре</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>694</i>
Картофель	0,225	0,169			
Молоко	0,032	0,03			
Масло сливочное	0,09	0,09			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Сок абрикосовый</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	



*Исмаилов С. В. Дир*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>Компот из свежих яблок + витамин С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
Яблоки свежие	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<b>Йогурт питьевой</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b>Булочка ярославская</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка с сахаром</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Плетенка с яблоками</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	
<b>Ватрушка с повидлом</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>1058</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Повидло	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			
Сахарная пудра	0,0001	0,0001			
<b>Пирожок с картошкой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			



Всего 1. 0 10

4 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<i>Биточки мясные</i>			<b>75/30</b>	<b>100/30</b>	<b>608</b>
Говядина	0,101	0,074			
Хлеб пшеничный	0,018	0,018			
Молоки или вода	0,022	0,022			
Сухари	0,011	0,011			
Масло растительное	0,007	0,007			
<i>Рожки отварные</i>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>688</b>
Макароны	0,078	0,078			
Масло сливочное	0,010	0,010			
Соль	0,020	0,020			
<i>Чай с лимоном</i>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>234</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Лимон	0,007	0,007			
Вода	0,150	0,150			
<i>Хлеб</i>			<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>САЛАТ</b>					
<i>Из свежих огурцов с растительным маслом</i>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>сборник №23</b>
Огурцы	0,038	0,038			
Лук зелёный	0,013	0,010			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Масло растительное	0,002	0,002			
<i>Из свежей капусты</i>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>79</b>
капуста свежая	0,085	0,068			
Клюква свежая	0,011	0,010			
Лук зелёный	0,013	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Уксус 3%	0,010	0,010			
Сахар	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Борщ из свежей капусты</i>			<b>250/5</b>	<b>250/5</b>	<b>169</b>
Свекла	0,050	0,040			
капуста свежая	0,025	0,020			
или капуста квашенная	0,022	0,015			
Морковь	0,013	0,010			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Томатное пюре	0,008	0,008			
Масло растительное	0,005	0,005			
Сахар	0,0003	0,0003			
Уксус 3%	0,0004	0,0004			
Бульон или вода	0,200	0,200			
сметана	0,005	0,005			
Картофель свежий	0,027	0,020			



Венгрия 7.7 ЛД

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Гуляш из говядины</i>			<i>50/75</i>	<i>50/75</i>	<i>595</i>
Говядина	0,107	0,079			
Масло растительное	0,005	0,005			
Лук репчатый	0,018	0,015			
Томатное пюре	0,012	0,012			
Мука пшеничная	0,004	0,004			
<i>Биточки</i>			<i>80/30</i>	<i>80/30</i>	<i>608</i>
Говядина	0,101	0,074			
Хлеб пшеничный	0,018	0,018			
Молоки или вода	0,022	0,022			
Сухари	0,011	0,011			
Масло растительное	0,007	0,007			
<i>Каша молочная рисовая</i>			<i>200/10</i>	<i>200/10</i>	<i>390</i>
Рис	0,03	0,03			
Молоко	0,175	0,175			
Масло сливочное	0,01	0,01			
Соль	0,004	0,004			
сахар	0,015	0,015			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Рожки отварные</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>688</i>
Макароны	0,078	0,078			
Масло сливочное	0,010	0,010			
Соль	0,020	0,020			
<i>Рагу овощное</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>321</i>
Картофель	0,053	0,39			
Морковь	0,039	0,021			
Лук репчатый	0,028	0,011			
Репа	0,041	0,024			
Капуста свежая	0,030	0,021			
Масло растительное	0,008	0,008			
Соус № 783	0,058	0,58			
Горошек зеленый	0,01	0,01			
Кабачки	0,035	0,023			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Компот из с/фруктов</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>868</i>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<i>Сок абрикосовый</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>Бифидок фруктовый</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>Чай с молоком</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>945</i>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			



*Умелева И. В.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b>Кофе пакетированный</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b>Булочка ярославская</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка сдобная</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Блочка с маком</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>112</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Плетенка с яблоком</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	
<b>Пирожок с капустой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			
<b>Пирожок с мясом</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			



*Выходность 1.5 ЛД*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			
<b>Ватрушка картофельная с сыром</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>2/135</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Картофель с сыром	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			

5 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<b>Домашнее жаркое</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>590</b>
Говядина	0,071	0,053			
Картофель	0,178	0,133			
Лук репчатый	0,016	0,013			
Масло растительное	0,007	0,007			
Томат	0,008	0,008			
<b>Чай фруктовый пакетир.</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>Хлеб</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>САЛАТ</b>					
<b>Из моркови</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>92</b>
Морковь	0,081	0,065			
Яблоки свежие	0,023	0,020			
Сметана	0,015	0,015			
Сахар	0,002	0,002			
<b>Из св.помидоров с мас.раст.</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>25</b>
Помидоры свежие	0,066	0,056			
Лук репчатый	0,024	0,020			
или Лук зеленый	0,025	0,020			
Масло растительное	0,025	0,025			
или Сметана	0,025	0,025			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Суп лапша</b>			<b>250</b>	<b>250</b>	<b>218</b>
Макаронные изделия	0,020	0,020			
Морковь	0,013	0,10			
Лук репчатый	0,006	0,005			
Бульон или вода	0,225	0,225			
Зелень	0,003	0,003			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					



*Иванов И. И.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b><i>Тефтели мясные</i></b>			<b>80/40</b>	<b>80/40</b>	<b>390</b>
Говядина	0,052	0,038			
Вода	0,006	0,006			
Крупа рисовая	0,005	0,005			
Масло растительное	0,003	0,003			
Лук репчатый	0,021	0,018			
Соус №759					
<b><i>Манты из говядины</i></b>			<b>1/60</b>	<b>1/60</b>	<b>1037</b>
Мука пшеничная	0,030	0,030			
Вода	0,012	0,012			
Говядина	0,08	0,057			
соль	0,001	0,001			
Лук репчатый	0,031	0,026			
Перец	0,0001	0,0001			
Вода	0,008	0,008			
Масло растительное	0,002	0,002			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<b><i>Каша гречневая</i></b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>679</b>
Крупа гречневая	0,059	0,059			
Масло растительное	0,005	0,005			
Масло сливочное	0,005	0,005			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<b><i>Компот из яблок + С вит.</i></b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>589</b>
Яблоки свежие	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
Вода	1000	1000			
<b><i>Какао с молоком</i></b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>642</b>
Какао	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b><i>Булочка с посыпкой</i></b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<b><i>Булочка с повидлом</i></b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>112</b>
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			



*Семановский Л. В.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
Сахарная пудра	0,0001	0,0001			
Повидло	0,017	0,017			
<b>Пирожок с картошкой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Картошка	0,025	0,020			

6 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<b>Фрикадельки в соусе</b>			<b>75/50</b>	<b>100/50</b>	<b>620</b>
Говядина	0,105	0,076			
Хлеб пшеничный	0,016	0,16			
Молоко или вода	0,022	0,022			
Лук репчатый	0,007	0,006			
Мука	0,010	0,010			
Масло растительное	0,007	0,007			
Соус № 768					
<b>Гороховое пюре</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>409</b>
Горох	0,073	0,073			
Масло растительное	0,05	0,05			
Масло сливочное	0,05	0,05			
Соль	0,003	0,003			
<b>Чай с витамином С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>943</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Вода	0,150	0,150			
Сахар	0,015	0,015			
Лимон или лимонная кислота	0,007	0,007			
<b>Хлеб</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>САЛАТ</b>					
<b>Из свежей капусты</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>79</b>
Капуста свежая	0,085	0,068			
Клюква свежая	0,011	0,010			



*Эшмаметов Б.Т. Б.Б.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Лук репчатый	0,013	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Уксус 3%	0,010	0,010			
Сахар	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Щи из свежей капусты</i>			<i>250/5</i>	<i>250/5</i>	<i>187</i>
Капуста свежая	0,075	0,060			
Картофель	0,077	0,060			
Морковь	0,013	0,010			
Петрушка	0,003	0,003			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Томатное пюре	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
Бульон или вода	0,188	0,188			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Плов из говядины</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>643/641</i>
Говядина	0,075	0,060			
Крупа рисовая	0,04	0,04			
Масло растительное	0,016	0,016			
Лук репчатый	0,015	0,013			
Морковь	0,04	0,03			
Соль	0,0015	0,0015			
перец	0,0001	0,0001			
<i>Фрикадельки в соусе</i>			<i>75/50</i>	<i>75/50</i>	<i>620</i>
Говядина	0,105	0,076			
Хлеб пшеничный	0,016	0,16			
Молоко или вода	0,022	0,022			
Лук репчатый	0,007	0,006			
Мука	0,010	0,010			
Масло растительное	0,007	0,007			
Соус № 768					
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Картофельное пюре</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>694</i>
Картофель	0,225	0,169			
Молоко	0,032	0,030			
Масло сливочное	0,09	0,09			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Кофе пакетир.</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>Компот из с/фруктов+вит С</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>868</i>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
Вода	1000	1000			
<i>Сок вишневый, томатный</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	



*Иванов И. И.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b>Булочка дорожная</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<b>Булочка сдобная</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<b>Ватрушка с картошкой, сыром</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>2/135</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Картофель с сыром	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			

7 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<b>Котлеты из курицы</b>			<b>75/40</b>	<b>100/40</b>	<b>668</b>
Фарш куриный	0,069	0,069			
Хлеб пшеничный	0,017	0,017			
Молоко или вода	0,024	0,024			
Сухари	0,010	0,010			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Каша пшеничная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>679</b>
Крупа пшеничная	0,057	0,057			
Масло растительное	0,004	0,004			
Масло сливочное	0,004	0,004			
Соль	0,001	0,001			
<b>Компот из с/фруктов+вит С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			



Исходные данные

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Лимонная кислота	0,001	0,001			
Вода	1000	1000			
<i>Хлеб</i>			<i>30</i>	<i>30</i>	
<b>САЛАТ</b>					
<i>Из свежей капусты</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>79</i>
Капуста свежая	0,085	0,068			
Клюква свежая	0,011	0,010			
Лук репчатый	0,013	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Уксус 3%	0,010	0,010			
Сахар	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
<i>Из свежей моркови</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>92</i>
Морковь	0,081	0,065			
Яблоки свежие	0,023	0,020			
Сметана	0,015	0,015			
Сахар	0,002	0,002			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Рассольник</i>			<i>250/5</i>	<i>250/5</i>	<i>197</i>
Картофель свежий	0,100	0,075			
Крупа перловая	0,008	0,008			
Морковь	0,012	0,010			
Лук репчатый	0,006	0,005			
Огурец соленый	0,017	0,015			
Томатное пюре	0,008	0,008			
Масло растительное	0,005	0,005			
Бульон или вода	0,175	0,175			
Соль	0,001	0,001			
Зелень свежая	0,003	0,003			
Сметана	0,005	0,005			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Котлета из курицы</i>			<i>100/40</i>	<i>100/40</i>	<i>668</i>
Фарш куриный	0,069	0,069			
Хлеб пшеничный	0,017	0,017			
Молоко или вода	0,024	0,024			
Сухари	0,010	0,010			
Масло растительное	0,005	0,005			
<i>Картофель запеченный с рыбой</i>			<i>180</i>	<i>180</i>	<i>502</i>
Судак	0,123	0,063			
Картофель	0,106	0,077			
Соус № 789	0,064	0,064			
Сыр	0,003	0,003			
Масло растительное	0,006	0,006			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Каша пшеничная</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>679</i>
Пшеничная крупа	0,057	0,057			



*Иванов И. В.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Масло растительное	0,004	0,004			
Масло сливочное	0,004	0,004			
Соль	0,001	0,001			
<b><i>Рагу овощное</i></b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>321</b>
Картофель	0,053	0,39			
Морковь	0,039	0,021			
Лук репчатый	0,028	0,011			
Репа	0,041	0,024			
Капуста свежая	0,030	0,021			
Масло растительное	0,008	0,008			
Соус № 783	0,058	0,58			
Горошек зеленый	0,01	0,01			
Кабачки	0,035	0,023			
<b>НАПИТКИ</b>					
<b><i>Чай с сахаром</i></b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>943</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b><i>Компот из с/фруктов</i></b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b><i>Булочка дорожная</i></b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b><i>Булочка сдобная</i></b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b><i>Булочка домашняя</i></b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>109</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			



Гешманов Г. В. 

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Ватрушка с повидлом</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>1058</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Повидло	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			
Сахарная пудра	0,0001	0,0001			
<b>Пирожок с капустой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			

8 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<b>Голубцы с мясом</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>636</b>
Капуста свежая	0,163	0,130			
Говядина	0,110	0,081			
Рис крупа	0,011	0,030			
Лук репчатый	0,021	0,018			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>945</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b>Хлеб</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>САЛАТ</b>					
<b>Из моркови</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>92</b>
Морковь	0,081	0,065			
Яблоки свежие	0,023	0,20			
Сметана	0,015	0,015			



*Умешалов Г. П.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Сахар	0,002	0,002			
<b>Из свеклы</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>25</b>
Свекла	0,091	0,071			
Сыр	0,017	0,015			
Чеснок	0,004	0,002			
Масло растительное	0,015	0,015			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Суп с рисовой крупой</b>			<b>250</b>	<b>250</b>	<b>204</b>
Картофель свежий	0,107	0,080			
Рис крупа	0,010	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Масло растительное	0,003	0,003			
Бульон или вода	0,188	0,188			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Голубцы с мясом</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>636</b>
Капуста свежая	0,163	0,130			
Говядина	0,110	0,081			
Рис крупа	0,011	0,030			
Лук репчатый	0,021	0,018			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Котлета мясная</b>			<b>100/40</b>	<b>100/40</b>	<b>608</b>
Говядина	0,101	0,074			
Хлеб пшеничный	0,018	0,018			
Молоки или вода	0,022	0,022			
Сухари	0,011	0,011			
Масло растительное	0,007	0,007			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<b>Картофельное пюре</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>694</b>
Картофель	0,225	0,169			
Молоко	0,032	0,03			
Масло сливочное	0,09	0,09			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<b>Сок абрикосовый</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>Компот из свежих яблок + витамин С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
Яблоки свежие	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<b>Йогурт питьевой</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b>Булочка ярославская</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука	0,641	0,641			



*Билочка с сахаром*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка с сахаром</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Плетенка с яблоками</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	
<b>Ватрушка с повидлом</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>1058</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Повидло	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			
Сахарная пудра	0,0001	0,0001			
<b>Пирожок с картошкой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			

9 день

**КОМПЛЕКС**

			75/50	100/50	516
<b>Тефтеля рыбная</b>					
Судак	0,1	0,048			
Хлеб пшеничный	0,1	0,048			
Молоко или вода	0,01	0,01			
Лук репчатый	0,012	0,01			
Мука	0,006	0,006			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Гречневая каша</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>694</b>



Ишаново Т.Б. ТБ

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Крупа гречневая	0,059	0,059			
Масло растительное	0,005	0,005			
Соль	0,001	0,001			
<b>Кисель с витамином С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>883</b>
Кисель из концентрата	0,024	0,024			
Сахар	0,013	0,013			
Вода	0,95	0,95			
Лимонная кислота	0,0001	0,0001			
<b>Хлеб</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>САЛАТ</b>					
<b>Икра свекольная</b>					
Свекла	0,96	0,75			
Лук репчатый	0,2	0,17			
томат	0,27	0,27			
Уксус 3%	0,015	0,015			
Сахар	0,012	0,012			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Суп гороховый</b>			<b>250</b>	<b>250</b>	<b>206</b>
Горох	0,020	0,020			
Картофель свежий	0,083	0,062			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Морковь	0,012,5	0,010			
Масло растительное	0,005	0,005			
Соль	0,001	0,001			
Зелень свежая	0,002	0,002			
Лавровый лист	0,001	0,001			
Бульон или вода	0,162	0,162			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Тефтеля рыбная</b>			<b>75/50</b>	<b>100/50</b>	<b>516</b>
Судак	0,1	0,048			
Хлеб пшеничный	0,1	0,048			
Молоко или вода	0,01	0,01			
Лук репчатый	0,012	0,01			
Мука	0,006	0,006			
Масло растительное	0,005	0,005			
<b>Азу по-татарски</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>596</b>
Говядина	0,100	0,073			
Масло растительное	0,07	0,07			
Томат	0,009	0,009			
Лук репчатый	0,018	0,015			
Мука	0,003	0,003			
Огурец соленый	0,031	0,018			
Картофель	0,118	0,089			
Чеснок	1грамм	1грамм			
<b>ГАРНИРЫ</b>					



*Умачале 7.5 ЛД*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>Гречка</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>679</b>
Крупа гречневая	0,059	0,059			
Масло растительное	0,005	0,005			
Масло сливочное	0,005	0,005			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<b>Кисель с витамином С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>883</b>
Кисель из концентрата	0,024	0,024			
Сахар	0,013	0,013			
Вода	0,95	0,95			
Лимонная кислота	0,0001	0,0001			
<b>Сок апельсиновый</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>945</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b>Булочка ярославская</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка домашняя</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>109</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Пирожок со свеклой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			
<b>Кекс чайный</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>84</b>
Мука	0,24	0,24			



*Всего на день 9.5 л*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Сахар	0,018	0,018			
Масло сливочное	0,018	0,018			
Яйцо	1-3 шт	1-3 шт			
Изюм	0,008	0,008			
Соль	0,005	0,005			
Сахарная пудра	0,0008	0,0008			
Разрыхлитель	0,001	0,001			

10 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<i>Фрикадельки в соусе</i>			<i>75/50</i>	<i>100/50</i>	<i>620</i>
Говядина	0,105	0,076			
Хлеб пшеничный	0,016	0,16			
Молоко или вода	0,022	0,022			
Лук репчатый	0,007	0,006			
Мука	0,010	0,010			
Масло растительное	0,007	0,007			
Соус № 768					
<i>Гороховое пюре</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>409</i>
Горох	0,073	0,073			
Масло растительное	0,05	0,05			
Масло сливочное	0,05	0,05			
Соль	0,003	0,003			
<i>Чай с витамином С</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>943</i>
Чай заварка	0,050	0,050			
Вода	0,150	0,150			
Сахар	0,015	0,015			
Лимон или лимонная кислота	0,007	0,007			
<i>Хлеб</i>			<i>30</i>	<i>30</i>	
<b>САЛАТ</b>					
<i>Из свежей капусты</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>79</i>
Капуста свежая	0,085	0,068			
Клюква свежая	0,011	0,010			
Лук репчатый	0,013	0,010			
Морковь	0,013	0,010			
Уксус 3%	0,010	0,010			
Сахар	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
<i>Картофельный</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>71</i>
Картофель	0,116	0,084			
Лук зеленый или свежий репчатый	0,024/0,02	0,017			



*Земанова Т. В.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Огурец соленый или соленая капуста	0,031/0,36	0,025/0,025			
Морковь	0,014	0,01			
Масло растительное	0,015	0,015			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Щи из свежей капусты</i>			<i>250/5</i>	<i>250/5</i>	<i>187</i>
Капуста свежая	0,075	0,060			
Картофель	0,077	0,060			
Морковь	0,013	0,010			
Петрушка	0,003	0,003			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Томатное пюре	0,005	0,005			
Масло растительное	0,005	0,005			
Бульон или вода	0,188	0,188			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Плов из говядины</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>643/641</i>
Говядина	0,075	0,060			
Крупа рисовая	0,04	0,04			
Масло растительное	0,016	0,016			
Лук репчатый	0,015	0,013			
Морковь	0,04	0,03			
Соль	0,0015	0,0015			
перец	0,0001	0,0001			
<i>Фрикадельки в соусе</i>			<i>75/50</i>	<i>75/50</i>	<i>620</i>
Говядина	0,105	0,076			
Хлеб пшеничный	0,016	0,16			
Молоко или вода	0,022	0,022			
Лук репчатый	0,007	0,006			
Мука	0,010	0,010			
Масло растительное	0,007	0,007			
Соус № 768					
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Картофельное пюре</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>694</i>
Картофель	0,225	0,169			
Молоко	0,032	0,030			
Масло сливочное	0,09	0,09			
Соль	0,001	0,001			
<i>Капуста свежая тушеная</i>			<i>150</i>	<i>200</i>	<i>708</i>
Капуста свежая	0,263	0,210			
Масло растительное	0,009	0,009			
Морковь	0,010	0,08			
Лук репчатый	0,014	0,012			
Томатное пюре	0,016	0,016			
Уксус 3%	0,006	0,006			
Мука	0,002	0,002			



*Гелманова Т. В.*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Сахар	0,006	0,006			
перец	1	1			
Лавровый лист	1	1			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Кофе пакетир.</i>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<i>Компот из с/фруктов+вит С</i>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
С/фрукты	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
Вода	1000	1000			
<i>Сок вишневый, томатный</i>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<i>Булочка дорожная</i>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<i>Булочка сдобная</i>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<i>Ватрушка с творогом</i>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>2/135</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Творог	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			

11 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<i>Домашнее жаркое</i>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>590</b>
Говядина	0,071	0,053			
Картофель	0,178	0,133			



Уменьшить 2.5 Д

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Лук репчатый	0,016	0,013			
Масло растительное	0,007	0,007			
Томат	0,008	0,008			
<i>Чай фруктовый пакетир.</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>Хлеб</i>			<i>30</i>	<i>30</i>	
<b>САЛАТ</b>					
<i>Из моркови</i>			<i>100</i>	<i>100</i>	<i>92</i>
Морковь	0,081	0,065			
Яблоки свежие	0,023	0,020			
Сметана	0,015	0,015			
Сахар	0,002	0,002			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Суп лапша</i>			<i>250</i>	<i>250</i>	<i>218</i>
Макаронные изделия	0,020	0,020			
Морковь	0,013	0,10			
Лук репчатый	0,006	0,005			
Бульон или вода	0,225	0,225			
Зелень	0,003	0,003			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<i>Тефтели мясные</i>			<i>80/40</i>	<i>80/40</i>	<i>390</i>
Говядина	0,052	0,038			
Вода	0,006	0,006			
Крупа рисовая	0,005	0,005			
Масло растительное	0,003	0,003			
Лук репчатый	0,021	0,018			
Соус №759					
<i>Каша молочная пшеница</i>			<i>200/10</i>	<i>200/10</i>	<i>390</i>
Пшено	0,04	0,04			
Молоко	0,168	0,168			
Масло сливочное	0,04	0,04			
Соль	0,001	0,001			
сахар	0,015	0,015			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<i>Картофельное пюре</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>694</i>
Картофель	0,225	0,169			
Молоко	0,032	0,030			
Масло сливочное	0,09	0,09			
Соль	0,001	0,001			
<b>НАПИТКИ</b>					
<i>Кефир</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>Чай фруктовый пакетир.</i>			<i>200</i>	<i>200</i>	<i>943</i>
Чай заварка	0,050	0,050			
Вода	0,150	0,150			
Сахар	0,015	0,015			
Лимон или лимонная кислота	0,007	0,007			



Заманаша Г.В. В

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<i>Сок яблочный</i>			200	200	
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<i>Булочка с посыпкой</i>			50	50	110
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<i>Плюшка с сахаром</i>			50	50	110
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
<i>Булочка с повидлом</i>			90	90	112
Мука пшеничная	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
соль	0,01	0,01			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1-3	1-3			
Сахарная пудра	0,0001	0,0001			
Повидло	0,017	0,017			
<i>Пирожок с картошкой</i>			75	75	1052
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Картошка	0,025	0,020			

12 день

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>КОМПЛЕКС</b>					
<i>Биточки мясные</i>			75/30	100/30	608
Говядина	0,101	0,074			
Хлеб пшеничный	0,018	0,018			



*Иваново Г.О. 20*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Молоки или вода	0,022	0,022			
Сухари	0,011	0,011			
Масло растительное	0,007	0,007			
<b>Рожки отварные</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>688</b>
Макароны	0,078	0,078			
Масло сливочное	0,010	0,010			
Соль	0,020	0,020			
<b>Чай с лимоном</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>234</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Лимон	0,007	0,007			
Вода	0,150	0,150			
<b>Хлеб</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>САЛАТ</b>					
<b>Картофельный</b>			<b>100</b>	<b>100</b>	<b>71/73</b>
Картофель	0,116	0,084			
Лук зеленый или свежий репчатый	0,024/0,02	0,017			
Огурец соленый или соленая капуста	0,031/0,36	0,025/0,025			
Морковь	0,014	0,01			
Масло растительное	0,015	0,015			
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Борщ из свежей капусты</b>			<b>250/5</b>	<b>250/5</b>	<b>169</b>
Свекла	0,050	0,040			
капуста свежая	0,025	0,020			
или капуста квашенная	0,022	0,015			
Морковь	0,013	0,010			
Лук репчатый	0,012	0,010			
Томатное пюре	0,008	0,008			
Масло растительное	0,005	0,005			
Сахар	0,0003	0,0003			
Уксус 3%	0,0004	0,0004			
Бульон или вода	0,200	0,200			
сметана	0,005	0,005			
Картофель свежий	0,027	0,020			
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
<b>Гуляш из говядины</b>			<b>50/75</b>	<b>50/75</b>	<b>595</b>
Говядина	0,107	0,079			
Масло растительное	0,005	0,005			
Лук репчатый	0,018	0,015			
Томатное пюре	0,012	0,012			
Мука пшеничная	0,004	0,004			
<b>Биточки</b>			<b>80/30</b>	<b>80/30</b>	<b>608</b>
Говядина	0,101	0,074			



*Итого всего 7.5 Л*

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
Хлеб пшеничный	0,018	0,018			
Молоки или вода	0,022	0,022			
Сухари	0,011	0,011			
Масло растительное	0,007	0,007			
<b>Каша молочная рисовая</b>			<b>200/10</b>	<b>200/10</b>	<b>390</b>
Рис	0,03	0,03			
Молоко	0,175	0,175			
Масло сливочное	0,01	0,01			
Соль	0,004	0,004			
сахар	0,015	0,015			
<b>ГАРНИРЫ</b>					
<b>Рожки отварные</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	<b>688</b>
Макаронны	0,078	0,078			
Масло сливочное	0,010	0,010			
Соль	0,020	0,020			
<b>НАПИТКИ</b>					
<b>Компот из свежих яблок+вит С</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>868</b>
Свежие яблоки	0,1	0,1			
Сахар	0,1	0,1			
Вода	1000	1000			
Лимонная кислота	0,001	0,001			
<b>Сок абрикосовый</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>Чай с молоком</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	<b>945</b>
Чай заварка	0,050	0,050			
Сахар	0,015	0,015			
Молоко	0,050	0,050			
Вода	0,110	0,110			
<b>ВЫПЕЧКА</b>					
<b>Булочка ярославская</b>			<b>50</b>	<b>50</b>	<b>110</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Булочка сдобная</b>			<b>80</b>	<b>80</b>	<b>106</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			



Всего 9.5 л

Наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход порции		№ калькул.
			1-4 кл	5-9 кл	
<b>Блочка с маком</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>112</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
<b>Пирожок с капустой</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			
<b>Пирожок с мясом</b>			<b>75</b>	<b>75</b>	<b>1052</b>
Мука	0,641	0,641			
Сахар	0,034	0,034			
Масло растительное	0,029	0,029			
Соль	0,001	0,001			
Дрожжи	0,019	0,019			
Вода	0,260	0,260			
Яйцо	1 штука	1 штука			
Фарш	0,025	0,25			
<b>Ватрушка картофельная с сыром</b>			<b>90</b>	<b>90</b>	<b>2/135</b>
Мука	0,032	0,032			
Масло сливочное	0,020	0,020			
Молоко	0,014	0,014			
Яйцо	0,04	0,04			
Дрожжи	0,014	0,014			
Соль	0,0005	0,0005			
Картофель с сыром	0,017	0,017			
Сахар	0,006	0,006			