

СОГЛАСОВАНО:

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор



Директор МАОУ СОУ № 23  
Василенко А.М.



Россия Краснодарский край

№ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

ПЕРИОД ОСЕНЬ

20\_\_ г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

СанПин 2.3/2.4.3590 - 20

2021 г.

СОГЛАСОВАНО:

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"

\_\_\_\_\_ А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

ПЕРИОД О С Е Н Ъ

20\_\_г.

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

\_\_\_\_\_ меню разработано согласно

\_\_\_\_\_ СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

\_\_\_\_\_ 2021 г.



## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я  День 1-й	Борщ с картофелем и св/капустой	250	2,875	5,06	18,163	131,80	3	82/11
	макароны / кукуруза	130 / 55	4,73	5,015	32,73	194,98	23	203 / 11
	отварная консервированная		1,583	1,352	3,01	30,55		133/11
	Печеночные котлеты	110/15	15,195	18,282	13,631	279,84	13	282/11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	42	389/11
	Хлеб пшеничный	60	3,06	0,51	28,38	130,35	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
итого за обед			30,70	30,699	133,58	935,52	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	860

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я  День 2-й	Суп с крупой	250	4,488	7,25	18,72	158,08	4	115/11
	Шницель рыбный (минтай)	120 / 20	13,94	13,59	14,999	238,04	20	235/11
	картофельное пюре / горошек	120 / 60	2,657	6,436	22,612	159,00	25	128-131/
	овощной отварной		1,857	2,131	3,44	40,35		/11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	42	389/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	50	2,825	0,6	20,925	100,40	32	Пром.пр.
итого за обед			30,339	30,598	134,716	935,6	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	890

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я  День 3-й	Суп с макаронными изделиями	250	2,685	5,078	13,15	109,04	5	111/11
	Запеканка из творога с молоком сгущённым	175 / 25	28,031	22,56	56	539,16	30	223 / 11
	Кофейный напиток	200	4,5	3,7	19,6	129,70	40	379/11
	Кондитерские изделия (печенье)	30	1,265	0,523	12	57,77	37	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	50	2,55	0,425	23,65	108,63	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,40	38	338/11
итого за обед			41,691	33,166	150,94	1069,0	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,0	порций гр.	870

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я  День 4-й	Суп картофельный с горохом	250	7,49	7,01	25,22	193,93	6	102 / 11
	овощи свежие (огурец)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	27	71 / 11
	Жаркое по - дормашнему	200	16,514	23,674	18,949	354,92	14	259/11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,662	0,09	32,014	131,51	39	349/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	90	0,36	0,36	8,82	39,96	38	338/11
	итого за обед			31,276	32,269	135,988	959,5	суммарный объём
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	910



Возрастная категория: с 12 до 18 лет

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я  День 5 -й	Щи из св/капусты с картофелем	250	4,883	6,213	9,265	112,51	7	88/11
	Котлета рубленая из птицы	100 / 20	12,92	14,45	15,024	241,83	21	294/11
	Каша пшеничная / / Икра свекольная	100 / 80	4,275 1,896	5,744 2,082	24,519 19,30	166,87 103,51	24	171-75 / / 11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	42	389/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты свежие ( яблоко )	90	0,36	0,36	8,82	39,96	38	338/11
итого за обед			<b>31,164</b>	<b>29,92</b>	<b>147,69</b>	<b>984,73</b>	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	<b>950</b>

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я  День 6 -й	Суп лапша домашняя	250	2,165	5,543	10,62	101,03	8	113/11
	Запеканка рисовая с молоком сгущённым	175 / 25	17,73	22,87	47,82	468,03	31	188 /11
	Сыр порциями (костромской)	30	7,68	7,83	0	101,19	34	15/11
	Какао с молоком	200	3,8	3	23	134,20	41	382/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Кондитерские изделия (печенье)	33	1,392	0,575	13,2	63,54	37	Пром.пр.
итого за обед			<b>38,597</b>	<b>40,893</b>	<b>144,485</b>	<b>1100,4</b>	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	<b>823</b>

## 2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 7 -й	Свекольник	250	5,0613	9,388	18,163	177,39	9	83/11
	Овощи свежие (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	27	71 /11
	Плов с говядиной	200	18,326	20,573	36,514	404,52	16	265/11
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,46	43	376/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты свежие ( яблоко )	100	0,4	0,40	9,8	44,40	38	338/11
итого за обед			<b>30,3473</b>	<b>31,576</b>	<b>131,602</b>	<b>932,0</b>	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	<b>920</b>

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 8 -й	Суп из овощей	250	5,588	5,988	9,178	112,96	10	99/11
	Тефтели мясные	115 / 20	11,143	9,448	15,879	193,12	17	278/11
	Картофельное пюре / / икра кабачковая	120 / 60	2,657 1,638	6,436 4,312	22,612 8,73	159,00 80,27	26	128-73 / 11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	42	389/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты свежие ( яблоко )	100	0,4	0,40	9,8	44,40	38	338/11
итого за обед			<b>28,26</b>	<b>27,659</b>	<b>136,961</b>	<b>910</b>	суммарный объём	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	<b>975</b>



Возрастная категория: с 12 до 18лет

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 9 -й	Суп с рыбными фрикадельками	250	5,195	2,780	15,69	108,56	11	106/11
	Лакомка с помидоркой в омлете	210	15,765	23,664	3,81	291,28	22	173/11
	кукуруза отварная (консервирован.)	50	1,439	1,229	2,739	27,77	28	133/11
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,09	35	14/11
	Кофейный напиток	200	4,5	3,7	19,6	129,70	40	379/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>			<b>32,809</b>	<b>39,70</b>	<b>91,814</b>	<b>855,77</b>	<b>суммарный объём</b>	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр. <b>830</b>	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 10 -й	Суп картофельный с клёцками	250	6,067	5,855	13,5	130,96	12	108-109/11
	овощи свежие (огурец)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	27	71 /11
	Запеканка картофельная с мясом	180 / 20	17,63	25,13	24,52	394,75	15	284/11
	Кисель ассорти фруктовое	200	0,31	0	39,40	158,84	45	359/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты свежие ( яблоко )	100	0,4	0,40	9,8	44,40	38	338/11
<b>итого за обед</b>			<b>30,656</b>	<b>32,5</b>	<b>138,20</b>	<b>968,1</b>	<b>суммарный объём</b>	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр. <b>920</b>	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 11 -й	Суп с макаронными изделиями	250	2,685	5,078	13,15	109,04	5	111/11
	Каша молочная ( рисовая )	210	5,993	10,721	38	272,46	1	182/11
	Какао с молоком	200	3,8	3	23	134,20	41	382/11
	Бутерброд с сыром	60	5,131	7,787	13,564	144,86	36	3-434/11
	Хлеб пшеничный	60	3,06	0,51	28,38	130,35	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	32	Пром.пр.
	Фрукты по сезону (яблоко )	100	0,4	0,40	9,8	44,40	38	338/11
<b>итого за обед</b>			<b>23,329</b>	<b>27,976</b>	<b>142,634</b>	<b>915,6</b>	<b>суммарный объём</b>	
Норма по СанПин			31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр. <b>920</b>	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я  День 12 -й	Суп с крупой	250	3,713	4,968	7,77	90,64	2	121/11
	Биточки печеночные	100	14,003	13,826	9,29	217,61	18	282/11
	Рагу овощное	200	3,471	8,933	6,381	119,81	29	143/11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,662	0,09	32,014	131,51	39	349/11
	Хлеб пшеничный	70	3,57	0,595	33,105	152,06	33	Пром.пр.
	Хлеб ржанной	54	3,051	0,648	22,599	108,43	32	Пром.пр.
	Фрукты по сезону (яблоко )	90	0,36	0,36	8,82	39,96	38	338/11
<b>итого за обед</b>			<b>28,83</b>	<b>29,42</b>	<b>119,979</b>	<b>860,0</b>	<b>суммарный объём</b>	

Норма по СанПиН	31,50	32,20	134,05	952,00	порций гр.	964
-----------------	-------	-------	--------	--------	------------	-----

Возрастная категория: с 12 до 18 лет меню обеда 12-тидневка			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % ( + / - )	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Итого за день по СанПиН 100%			90	92,0	383	2720	белки	0,002
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,003
12-18 л	<b>О Б Е Д 35 %</b>	35%	31,50	32,20	134,05	952,0	углеводы	0,009
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			31,50	32,20	134,05	952,2	энерг-я ценность	-1,689

Ответственный за разработку меню инженер-технолог \_\_\_\_\_ /Ткаченко А.Н./

**Литература:**

- 1 САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ, УЧРЕЖДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОГО И СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ СанПиН 2.3/2.4.3590 -20
- 2 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ ПИТАНИЯ РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.



Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
			Борщ с картофелем со свежей капустой						Печеночные котлеты		
<b>1-й день</b>			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>
82/11	Борщ с картофелем и и свежей капустой	250	свекла	50	40	томат пюре	7,5	7,5	печень	127,78	103,5
			капуста б/кач	25	20	сахар	2	2	мука пш.	3,6	3,6
203 /11	макаронны / кукуруза	130 /55	картофель	26,75	20	зелень	2	2	крахмал карт	3,5	3,5
133/11	отварная консервированная		морковь	12,5	10	л/лист	0,01	0,01	лук репч.	8	6,4
282/11	Печеночные котлеты	110/15	лук репч.	12	10	соль	1	1	морковь	15,4	12,32
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	м/сливочное	5	5	вода	200	200	яйца	0,0875 шт	3,5
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60							соль	1	1
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40							м/растительн	8	8
									СОУС:		
									сметана	3,45	3,45
			<b>макаронны отварные / кукуруза отварная</b>						мука	1,04	1,04
			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	вода	10,35	10,35
			макаронны	44	44	кукуруза отварная			л/лист	0,0003	0,0003
			м/сливочное	5	5	консервированн	91,67	55	соль	0,15	0,15
			соль	0,5	0,5				лук репч	3,57	3
			ВОДА	70,87	70,87				м/сливочное	0,3	0,3

1я-неделя

<b>2-й день</b>			Суп с крупой			Шницель рыбный			соус		
			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>
115/11	Суп с крупой	250	крупя гречка	20	20	минтай б/г	147,2	103,2	мука пш.	0,4	0,4
235/11	Шницель рыбный (минтай)	120/20	морковь	12,5	10	лук репч.	24	21,6	вода	13,15	13,15
128/11	картофельное пюре / горошек овощной отварной	120/60	лук репч.	12	10	зелень	2,4	2,4	томат	2,06	2,06
389/11	Сок фруктовый (Яблочный)	200	м/сливочное	5	5	молоко	9,6	9,6	лук репчат	1,03	0,875
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	л/лист	0,01	0,01	яйца	0,12шт.	4,8	м/слив	2,29	2,29
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50	соль	1	1	сухарь паниро	14,4	14,4	морковь	6,84	5,47
			вода	250	250	м/растительн	12	12	л/лист	0,002	0,002
									соль	0,66	0,66
									соль	0,05	0,05
			<b>картофельное пюре / горошек отварной</b>						зелень	2	2
			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>			
			картофель	140,80	105,60	консервирован	92,4	60			
			молоко	19,2	18						
			м/слив	3,6	3,6						

1я-неделя

<b>3-й день</b>			Суп с макаронами			Запеканка из творога с молоком сгущённым			Кофейный напиток		
			<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>	<b>сырьё</b>	<b>брутто</b>	<b>нетто</b>
111/11	Суп с макаронными изделиям	250	макаронны	20	20	сырьё	брутто	нетто	молоко	200	200
223/11	Запеканка из творога с молоком сгущённым	175/25	морковь	12,5	10	творог	164,5	161	Кофейный нап	4,2	4,2
			лук репч.	12	10	крупя манная	10,5	10,5	сахар	14	14
379/11	Кофейный напиток	200	м/сливочное	5	5	сахар песок	14	14	вода	20	20
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	30	томат	1,5	1,5	яйца	0,175 шт.	7,0			
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	соль	1	1	сл/ масло	7	7,0			
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	л/лист	0,01	0,01	сухарь пан	7	7,0			
338 / 11	Фрукты свежие ( яблоко )	100	вода	237,7	237,7	сметана	7	7,0			
						молоко сгущ.	25	25			

## 12 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

ОБЕДЫ

возрастная категория: 12-18 лет

1я-неделя

35%

ЗИМА - ВЕСНА

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
<b>4-й день</b>			<b>Суп картофельный с горохом</b>			<b>Жаркое по - домашнему</b>			<b>ОВОЩИ СВЕЖИЕ</b>		
102/11	Суп картоф. с горохом	250	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 /11	овощи свежие огурец	60							огурец	63,12	60,00
259/11	Жаркое по - домашнему	60/140	картофель	66,75	50	свинина	104,4	88,8			
349/11	Компот из сухофруктов	200	морковь	12,5	10	картофель	149,34	112,0	<b>Компот из сухофруктов</b>		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	лук репч.	12	10	лук	13,44	11,2	сырьё	брутто	нетто
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	крупа горох	20	20	томат пюре	6,72	6,72	смесь сух-в	27	27
338 / 11	Фрукты ( яблоко )	90	м/сливочное	5	5	зелень	2	2	сахар	12	12
			соль	1	1	м/растительное	6,9	6,9	лим кислота	0,2	0,2
			л/лист	0,01	0,01	лавр /лист	0,0077	0,0077	вода	200	200
			вода	175		соль	0,68	0,68			

1- я неделя

<b>5-й день</b>			<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>			<b>Котлета рубленая из птицы</b>			<b>каша пшённная рассыпчатая</b>		
88/11	Щи из св/ капусты с карт	250	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
294/11	Котлета рубленая из птицы	100/20	капуста б/кач	64,38	51,5	бедро кур на кост	132,00	74,0	крупа пшено	38	38
171-75 / 11	каша пшённная/ икра свекольная	100/80	картофель	40	30	хлеб пш.	18,1	18,1	м/сливочное	5	5
			морковь	12,5	10	молоко	22	22	вода	68,4	68,4
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	лук репч.	12	10	м/сливочное	4	4	<b>/ икра свекольная</b>		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	томат	2,5	2,5	яйцо	0,1 шт.	4	свекла	76,56	60
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	м/сливочное	5	5	сухарь паниро	10	10	лук	16,64	14
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	90	соль	1	1	м/растительное	6	6	томат пюре	20	20
			л/лист	0,01	0,01	соус; мука	0,4	0,4	вода	13,15	13,15
			зелень	1,9	1,9	вода	13,15	13,15	м/растительн	6	6
			вода	200	200	томат	2,06	2,06	сахар	0,96	0,96
						зелень	1,9	1,9			
						лук репчат	1,04	0,865			
						м/слив	2	2			
						морковь	6,84	5,47			
						соль	0,05	0,05			
						л/лист	0,002	0,002			

1- я неделя

<b>6-й день</b>			<b>Суп лапша домашняя</b>			<b>запеканка рисовая</b>			<b>Какао с молоком</b>		
113/11	Суп лапша домашняя	250	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
188/11	запеканка рисовая с молоком сгущённым	175/25	мука	17,5	17,5	крупа рисовая	29,45	29,45	какао-пор	2,52	2,52
			мука	1,2	1,2	молоко	60,87	60,87	молоко	200	200
15 /11	сыр порциями (костромской)	30	яйца	0,125 шт.	5	творог	161,24	91	сахар	15	15
376 /11	Какао с молоком	200	молоко	3,5	3,5	сахар	10,5	10,5	вода	10	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	соль	0,5	0,5	яйца	0,175шт	7			
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	выход лапши	20		м/растительное	3,6	3,6			
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	33	лук реп	12	10	ванилин	0,0175	0,0175	<b>сыр порциями</b>		
			м/сливочное	5	5	сухарь панир	3,5	3,5	сырьё	брутто	нетто
			вода	237,5		сметана	3,5	3,5	сыр	31	30
			лавр/лист	0,01	0,01	молоко сгущён	25	25	костромской		
			соль	1	1						



возрастная категория: 12-18 лет

2я-неделя

35%

ОСЕНЬ

2- я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
			Свекольник			плов с говядиной			овощи свежие		
<b>7-й день</b>			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
83/11	Свекольник	250	свекла	65	50	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 /11	Овощи свежие (помидор)	60	картоф	11,43	8	говядина	118,82	102,7	помидор	70,8	60
265/11	Плов с говядиной	65/135	морковь	10	8	крупа рисовая	45,90	45,90			
376/11	чай с сахаром	200	лук реп	9,6	8	м/растительн	7	7	<b>чай с сахаром</b>		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	томат пюре	2	2	лук репч	8,1	6,75	сырьё	брутто	нетто
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	сахар	1,2	1,2	морковь	13,5	10,8	чай	2	2
338 / 11	Фрукты (яблоко)	100	зелень	2	2	томат	10,8	10,8	вода	66	
			м/сливочное	5	5	соль	1	1	сахар	15	15
			соль	1,2	1,2	вода	108	108	вода	150	
			л/лист	0,01	0,01						
			сметана	10	10						
			яйцо	0,5 шт.	20						
			вода	200							

2- я неделя

<b>8-й день</b>			тефтели			соус в тефтели			Суп из овощей		
99 / 11	Суп из овощей	250	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
278/11	Тефтели мясные	115/20	говядина	29,36	24,10	СОУС: мука пш	0,4	0,4	горошек зел	48,3	31,5
128-73 / 11	картофельное пюре / /икра кабачковая	120/60	бедро кур на кост	160,6	57,82	вода	13,15	13,15	картофель	66,75	50
			хлеб пш.	15	15	томат	2,06	2,06	морковь	12,5	10
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	молоко	12,2	12,2	сметана	0,85	0,85	лук репч.	12	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	яйца	0,07 шт.	2,8	зелень	2	2	м/сливочное	5	5
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	лук репч	44,21	36,84	лук репчат	1,03	0,86	соль	1	1
338 / 11	Фрукты (яблоко)	100	м/сливочное	5,52	5,52	м/слив	2	2	л/лист	0,01	0,01
			мука пш.	7,3	7,3	морковь	6,84	5,48	зелень	2	2
			сухарь паниров	0,4	0,4	л/лист	0,002	0,002	вода	187,5	
			м/растительное	5,75	5,75	соль	0,05	0,05			
			<b>картофель пюре</b>			<b>Икра кабачковая</b>					
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			картоф	140,80	105,60	кабачёк	80,6	64,44	томат	6,6	6,6
			молоко	19,2	18	капуста св.	16,5	13,2	м/растительн	3	3
			м/сливоч	3,6	3,6	лук репчат	7,86	6,6			

2- я неделя

<b>9-й день</b>			Суп с рыбными фрикадельками						Лакомка с помидор- кой в омлете		
106/11	Суп с рыбными фрикаделька	170/80	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто			
173/11	Лакомка с помид. в омлете	210	картоф	66,94	50,2	зелень	2	2	сырьё	брутто	нетто
133/11	кукуруза отварная (консервиров	50	морковь	18,75	15	<b>фрикадельки</b>			бедро кур на кост	162,00	90,78
14 /11	масло порциями	10	лук репч	12,6	10,5	минтай б/г	118,34	82,4	помидоры св.	21,15	18
379/11	Кофейный напиток	200	том пюре	2	2	яйца	0,1 шт.	4	сыр костромск	18,76	18
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	м/сливочное	4	4	лук репч	19,04	16	яйца	2,51 шт.	100,4
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	соль	1	1				молоко	35,6	35,6
			л/лист	0,008	0,008	<b>Кофейный напиток</b>			соль	1	1
			рыба для бульн	137,8	137,8	сырьё	брутто	нетто	м/сливочное	8,75	8,75
			вода	153,3	153,3	Кофейный нап	4,2	4,2			
						сахар	14	14	<b>кукуруза отварная</b>		
						молоко	200	200	сырьё	брутто	нетто
						вода	20	20	консервирован	83,34	50

2-я неделя

возрастная категория: 12-18 лет

2я-неделя

35%

ОСЕНЬ

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
<b>10-й день</b>			<b>Суп с клёцками</b>			<b>Запеканка картофельная с мясом</b>					
108-109/11	Суп картофельный с клёцкам	250	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 / 11	Овощи свежие (огурец)	60	картоф	66,75	50	говядина	129,5	112	соус		
284/11	Запеканка картофельная с мясом	180/20	морковь	12,5	10	м/растит	5,67	5,67	сметана	5	5
			лук	12	10	картоф	186,67	140	мука пшенич	1,5	1,5
359/11	Кисель ассорти фруктовое	200	м/сливочное	5	5	лук репчат	12,28	9,83	томат пюре	2	2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	соль	1	1	м/сливочное	1,23	1,23	вода	15	15
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	лавр/лист	0,01	0,01	м/сливочное	2,46	2,46	л/лист	0,0004	0,0004
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100	вода	193,75	193,75	сухари	2,46	2,46	соль	0,2	0,2
			клёцки						<b>Кисель асорти фруктовое</b>		
			молоко	30,25	30,25	<b>ОВОЩИ СВЕЖИЕ</b>			сырьё	брутто	нетто
			м/сливочное	2,19	2,19	сырьё	брутто	нетто	сухофрукты	30	30
			яйца	0,138шт.	5,5	огурец	63,12	60	сахар	12	12
			мука	19,25	19,25				лим/кислота	0,2	0,2
			соль	0,56	0,56				сок яблочный	40	40
									яблоки св.	7	7
									крахмал карт	10	10
									вода	185	185

2-я неделя

<b>11-й день</b>			<b>Суп с макаронами</b>			<b>каша молочная рисовая</b>			<b>Бутерброд с сыром</b>		
111/11	Суп с макаронными изделиями		сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
182/11	Каша молочная ( рисовая )	200/10	макароны	20	20	крупа рисовая	31,00	31,00	мука пш.	26,8	26,8
382 / 11	Какао с молоком	200	морковь	12,5	10	молоко	175	175	мука на подпыл	0,11	0,11
3-434/11	Бутерброд с сыром	60	лук репч.	12	10	сахар	5,74	5,74	дрожжи	1,26	1,26
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	м/сливочное	5	5	м/сливочное	10	10	молоко	10	10
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40	томат	1,5	1,5	соль	0,8	0,8	сахар	1,1	1,1
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100	соль	1	1	вода	10		соль	0,3	0,3
			л/лист	0,01	0,01	<b>Какао с молоком</b>			м/растит	2,55	2,55
			вода	237,7	237,7	сырьё	брутто	нетто	выход батона 35 гр.		
						какао-пор	2,52	2,52	сыр Костромс	15,51	15
						молоко	200	200	масло сливочн	10	10
						сахар	15	15			
						вода	10	10			

2-я неделя

<b>12-й день</b>			<b>Суп с крупой</b>			<b>рагу овощное</b>					
121/11	Суп с крупой	250	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
282/11	Биточки печеночные	100	крупа геркулес	15	15	картоф	86	64	зелень	1	1
143/11	Рагу овощное	200	м/сливочное	2,06	2,06	морковь	40	32	соус: сметана	10,2	10,2
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	сахар	2,5	2,5	лук реп	20	16	мука пшенич	4,5	4,5
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70	соль	1	1	репа	42	32	томат пюре	6	6
Пром.пр.	Хлеб ржаной	54	молоко	224,98	224,98	капуста	50,00	40,00	л/лист	0,0012	0,0012
338 / 11	Фрукты ( яблоко )	90	вода	37,5	37,5	м/растит	1,13	1,13	соль	0,6	0,6
						лав лист	0,02	0,02	вода	50	50
						м/слив	6	6			
			<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>Биточки печеночные</b>					
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			смесь сух-в	27	27	печень	79,63	64,5	лук репч.	20	16
			сахар	12	12	хлеб пш.	6,9	6,9	морковь	40	32
			лим кислота	0,2	0,2	сметана	2	2	яйца	0,1 шт.	4
			вода	200	200	крахмал карт	3,3	3,3	соль	0,7	0,7
						манка	0,15	0,15	м/растительн	8	8



возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

12 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

1-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	сахар	2	2	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	60	60	соль	2,65	2,65	Кукуруза консервиров	91,67	55
мука пш.	4,64	4,64	Крахмал	3,5	3,5	томат пюре	7,5	7,5
макароны	44	44	Специи л/лист	0,0103	0,0103	зелень св.	2	2
картофель	26,75	20	лим/кислота			капуста б/кач. Св.	25	20
всего овощей	227,640	166,22	сухари панирован.			лук репчатый	23,57	19,4
сок яблочный	200	200				морковь	27,9	22,32
ПЕЧЕНЬ	127,78	103,5				свекла	50	40
сметана	3,45	3,45				Итого овощи	227,640	166,22
м/сливочное	10,3	10,3						
м/растительное	8	8						
яйцо шт. / гр.	0,0875	3,5						

2-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	50	50	соль	1,71	1,71	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70	Специи л/лист	0,012	0,012	горошек консервиров	92,4	60
мука пш.	0,4	0,4	сухари панирован.	14,4	14,4	томат пюре	2,06	2,06
крупа гречка	20	20				зелень св.	4,4	4,4
картофель	140,80	105,60				лук репчатый	37,03	32,48
всего овощей	155,230	114,405				морковь	19,34	15,47
фрукты						Итого овощи	155,230	114,405
сок яблочный	200	200						
минтай без/голов	147,20	103,2						
молоко	28,80	27,60						
м/сливочное	10,89	10,89						
м/растительное	12	12						
яйцо шт. / гр.	0,12	4,80						

3-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	яйцо шт. / гр.	0,175	7,0	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	50	50	сахар	28,0	28,0	томат пюре	1,5	1,5
крупа манная	10,5	10,5	кондитер	30	30	лук репчатый	12	10,00
макароны	20	20	кофейный напиток	4,2	4,2	морковь	12,5	10
всего овощей	26,000	21,50	соль	1	1	Итого овощи	26,000	21,50
фрукты	100	100	Специи л/лист	0,01	0,01			
молоко	200	225,00	сухари панирован.	7,0	7,0			
молоко сгущёное	25							
творог	164,5	161						
сметана	7,0	7,0						
м/сливочное	12,0	12,0						

1 - я неделя

ОСЕНЬ 20\_\_ г.

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

12 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

4-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	лим/кислота	0,2	0,2	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70				томат пюре	6,72	6,72
крупа горох	20	20				зелень св.	2	2
картофель	216,09	162,0				лук репчатый	25,44	21,20
всего овощей	109,780	99,92				морковь	12,5	10
фрукты яблоко св.	90	90				огурец свежий	63,12	60,00
сухофрукты	27	27				Итого овощи	109,780	99,92
свинина	104,4	88,8						
м/сливочное	5	5,00						
м/растительное	6,9	6,9						
сахар	12	12,0						
соль	1,68	1,68						
Специи л/лист	0,0177	0,0177						

5-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	сахар	0,96	0,96	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	88,1	88,1	соль	1,05	1,05	томат пюре	24,56	24,56
мука пш.	0,4	0,4	Специи л/лист	0,012	0,0120	зелень св.	3,8	3,8
крупа пшено	38	38	сухарь панирован.	10	10	капуста б/квч. Св.	64,38	51,50
картофель	40,0	30				лук репчатый	29,68	24,865
всего овощей	218,320	180,195				морковь	19,34	15,47
фрукты яблоки св.	90	90				свекла	76,56	60
сок яблочный	200	200				Итого овощи	218,320	180,195
бедро кур на кости	132,00	74,0						
молоко	22	22						
м/сливочное	16	16						
м/растительное	12	12						
яйцо шт. / гр.	0,100	4						

6-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	сахар	25,5	25,5	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70	кондитерка	33	33	лук репчатый	12	10,00
мука пш.	18,70	18,7	какао порошок	2,52	2,52	Итого овощи	12,000	10,00
крупа рисовая	29,45	29,45	соль	1,5	1,5			
всего овощей	12,00	10,00	Итого Специи	0,0275	0,0275	Я Й Ц А		
молоко	264,37	289,37	л/лист	0,01		в лапшу	0,1250	5
молоко сгущёное	25		ванилин	0,0175		в запеканку	0,1750	7
творог	161,24	91	сухарь панирован.	3,6	3,5	ИТОГО ЯИЦА	0,3000	12
сыр костромской	31	30						
сметана	3,5	3,5						
м/сливочное	5	5						
м/растительное	3,6	3,6						
яйцо шт. / гр.	0,3	12						



2 - я неделя

О С Е Н Ь 20\_\_ г.

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

12 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

2 - я неделя

7-й день										
сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40		сахар	16,2	16,2		ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70		чай	2	2		томат пюре	12,8	12,8
крупа рисовая	45,90	45,90		соль	2,2	2,2		зелень св.	2	2
картофель	11,43	8		Специи л/лист	0,01	0,0100		лук репчатый	17,7	14,75
всего овощей	191,80	158,35						морковь	23,5	18,8
фрукты св. яблок	100	100						свекла	65	50
говядина	118,82	102,7						помидор св.	70,8	60,00
сметана	10	10						итого овощи	191,800	158,35
м/сливочное	5	5								
м/растительное	7	7								
яйцо шт. / гр.	0,500	20								

8-й день										
сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40		молоко	31	30,2		ОВОЩИ		
хлеб пшен.	85	85		сметана	0,85	0,85		Горошек консервиров	48,3	31,5
мука пш.	7,7	7,7		м/сливочное	16,12	16,12		кабачёк	80,6	64,44
картофель	207,55	155,60		м/растительное	8,75	8,75		томат пюре	8,66	8,66
всего овощей	242,500	191,58		яйцо шт. / гр.	0,0700	2,8		зелень св.	4	4
фрукты св. яблок	100	100		соль	1,05	1,05		капуста б/кач. Св.	16,5	13,2
сок яблочный	200	200		Специи л/лист	0,012	0,0120		лук репчатый	65,1	54,30
говядина	29,36	24,10		сухари панирован.	0,4	0,4		морковь	19,34	15,48
бедро кур на кости	160,60	57,82						итого овощи	242,500	191,58

9-й день										
сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40		яйцо шт. / гр.	2,610	104,4		ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70,0		сахар	14	14		Кукуруза консервиро	83,34	50
картофель	66,94	50,2		кофейный напиток	4,2	4,2		томат пюре	2	2
всего овощей	158,880	113,50		соль	2	2		зелень св.	2	2
бедро кур на кости	162,00	90,8		Специи л/лист	0,008	0,008		лук репчатый	31,64	26,5
минтай без/ голов	256,14	220,2		ЯЙЦА	штук	грамм		морковь	18,75	15
молоко	235,60	235,60		в фрикадельки	0,1000	4		помидор св.	21,15	18,00
сыр костромской	18,76	18		в лакомку	2,5100	100,4		итого овощи	158,880	113,50
м/сливочное	22,75	22,75		ИТОГО ЯЙЦА	2,6100	104,4				

возрастная категория: 12-18 лет

**О Б Е Д Ы****на одного человека в день****МЕНЮ****12 - ТИДНЕВКА**

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

**2 - я неделя**

10-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	м/сливочное	10,88	10,88	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70	м/растительное	5,67	5,67	томат пюре	2	2
мука пш.	20,75	20,75	яйцо шт. / гр.	0,13750	5,5	лук репчатый	24,28	19,83
картофель	253,42	190	сахар	12	12	морковь	12,5	10
всего овощей	101,900	91,83	соль	1,76	1,76	огурец свежий	63,12	60
фрукты св. яблок	107,0	107	Крахмал	10	10	итого овощи	101,900	91,83
сухофрукты	30,00	30	Специи л/лист	0,0104	0,0104			
сок яблочный	40	40	лимонная кислота	0,2	0,2			
говядина	129,5	112	сухарь панирован.	2,46	2,46			
молоко	30,25	30						
сметана	5	5						

11-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	м/сливочное	25	25	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	60	60	м/растительное	2,55	2,55	томат пюре	1,5	1,5
мука пш.	26,91	26,91	сахар	21,84	21,84	лук репчатый	12	10
крупа рисовая	31,00	31,00	какао порошок	2,52	2,52	морковь	12,5	10
макаронны	20	20	дрожжи	1,26	1,26	итого овощи	26,000	21,50
всего овощей	26,000	21,50	соль	2,1	2,1			
фрукты св. яблок	100,0	100	Специи л/лист	0,01	0,0100			
молоко	385,000	385						
сыр костромской	15,51	15						

12-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	54	54	сметана	12,2	12,2	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	76,9	76,9	м/сливочное	8,06	8,06	репа	42	32
мука пш.	4,5	4,5	м/растительное	9,13	9,13	томат пюре	6	6
крупа итого	15,15	15,15	яйцо шт. / гр.	0,100	4,00	зелень св.	1	1
картофель	86	64	сахар	14,5	14,5	капуста б/кач. Св.	50,0	40,0
всего овощей	219,000	175,00	соль	2,3	2,3	лук репчатый	40	32,00
фрукты св. яблок	90,0	90	Крахмал	3,3	3,3	морковь	80,00	64
сухофрукты	27,00	27	Специи л/лист	0,0212	0,0012	итого овощи	219,000	175,00
печень	79,63	64,5	лимонная кислота	0,2	0,2	КРУПА		
молоко	224,98	225				ГЕРКУЛЕС	15	15
						МАНКА	0,15	0,15
						итого КРУПЫ	15,150	15,15



**КОМПАНОВКА 12 - ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ**

**возрастная категория: 12 - 18 лет**

**О С Е Н Ь 20\_\_ г.**

**1-й день**

**1 - я неделя**

**7-й день**

**2 - я неделя**

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
<b>1-й день</b>		
82/11	Борщ с картофелем и св/капусты	250
203 /11	макароны / кукуруза	130 /55
133/11	отварная консервированная	
282/11	Печеночные котлеты	110/15
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
<b>7-й день</b>		
83/11	Свекольник	250
71 /11	Овощи свежие (помидор)	60
265/11	Плов с говядиной	65/135
376/11	чай с сахаром	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты (яблоко)	100

**2-й день**

115/11	Суп с крупой	250
235/11	Шницель рыбный (минтай)	120/20
128/11	картофельное пюре / горошек овощной отварной	120/60
389/11	Сок фруктовый (Яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	50

**8-й день**

99 / 11	Суп из овощей	250
278/11	Тефтели мясные	115/20
128-73 / 11	картофельное пюре / /икра кабачковая	120/60
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты (яблоко)	100

**3-й день**

111/11	Суп с макаронными изделиями	250
223/11	Запеканка из творога с молоком сгущённым	175/25
379/11	Кофейный напиток	200
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	30
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100

**9-й день**

106/11	Суп с рыбными фрикадельками	170/80
173/11	Лакомка с помид. в омлете	210
133/11	кукуруза отварная (консервирован.)	50
14 /11	масло порциями	10
379/11	Кофейный напиток	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40

**4-й день**

102/11	Суп картоф. с горохом	250
71 /11	овощи свежие огурец	60
259/11	Жаркое по - дормашнему	60/140
349/11	Компот из сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты (яблоко)	90

**2 - я неделя**

<b>10-й день</b>		
108-109/11	Суп картофельный с клецками	250
71 /11	Овощи свежие (огурец)	60
284/11	Запеканка картофельная с мясом	180/20
359/11	Кисель ассорти фруктового	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100

**5-й день**

88/11	Щи из св/ капусты с карт	250
294/11	Котлета рубленая из птицы	100/20
171-75 / 11	каша пшённая/ икра свекольная	100/80
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	90

**2 - я неделя**

<b>11-й день</b>		
111/11	Суп с макаронными изделиями	
182/11	Каша молочная (рисовая)	200/10
382 /11	Какао с молоком	200
3-434/11	Бутерброд с сыром	60
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100

**6-й день**

113/11	Суп лапша домашняя	250
188/11	запеканка рисовая с молоком сгущённым	175/25
15 /11	сыр порциями (костромской)	30
376 /11	Какао с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	40
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	33

**2 - я неделя**

<b>12-й день</b>		
121/11	Суп с крупой	250
282/11	Биточки печеночные	100
143/11	Рагу овощное	200
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	70
Пром.пр.	Хлеб ржаной	54
338 / 11	Фрукты (яблоко)	90