

№ сборника рецептур	Наименование блюда	Платное питание		Пищевые вещества (граммы)			Ценность ККАЛ
		Выход	цена	Белки	Жиры	Углев.	
Понедельник							
1 смена завтрак							
	Макароны с сыром (макароны52,5, масло сливочное 10,0, сыр тертый 22, соль1,5)	160/20	22,41	8	9,8	7	250
№684/20 04	Яйцо отварное	0,5/20 гр	5,60	10	11	3	150
	Чай с сахаром	200/15	2,18	0,2	0	17	59,4
б/н	Хлеб пшеничный (булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	3	0,6	16	81
	Итого:		31,89	21,2	21,4	43	540,4
2 смена обед							
	Борщ Сибирский с фасолью(свекла 50,капуста 25,0,карт п/ф10,0,фасоль10,0,морк12,5,лук12,0,томат7,5,масл сл5,0,сах2,5,лимонка0,25,соль2,5,вода200,чеснок1,3,сметана10, курица 40)	250/25/10	26,85	12	20	40	293
	Макароны с сыром (макароны52,5, масло сливочное 10,0, сыр тертый 22, соль1,5)	160/20	22,41	8	9,8	7	250
№684/20 04	Яйцо отварное	0,5/20 гр	5,60	10	11	3	150
	Чай с сахаром	200/15	2,18	0,2	0	17	59,4
б/н	Хлеб пшеничный (булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	3	0,6	16	81
	Итого:		31,89	21,2	21,4	43	540,4
Вторник							
1 смена завтрак							
№572/20 5	Бефстроганов из говядины	30/25	35,38	18	20	8	245
№520/20 4	Картофельное пюре (карт129,молоко 24, масло сливочное 5,3)	150	13,53	4	8,5	25	241
№639/20 4	Компот из кураги (курага 15,сах 20)	200	6,52	0,1	0	20	70
б/н	Хлеб пшеничный (булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	3	0,6	16	81
	Итого:		57,13	25,1	29,1	69	637
2 смена обед							
№572/20 5	Суп Харчо (рис17,5,лук23,75,масл сл10,0,томат7,5,чеснок2,0,соль2,5,лавр0,02,вода250,0, говядина 40)	250/25	27,30	13,5	20	32	270
№520/20 4	Бефстроганов из говядины	30/25	35,38	18	20	8	245
№639/20 4	Картофельное пюре (карт129,молоко 24, масло сливочное 5,3)	150	13,53	4	8,5	25	241
б/н	Компот из кураги (курага 15,сах 20)	200	6,52	0,1	0	20	70
	Хлеб пшеничный (булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	3	0,6	16	81
	Итого:		57,13	25,1	29,1	69	637
Среда							
1 смена завтрак							
№131/ 82	Икра свекольная (лук 12,48,масло раст4,5,свекла 57,4,томат 6,6,лим кисл0,04,сах 0,72)	60	6,77	5,5	2,5	15	93
№50/ 005	Бифштекс по домашнему рубленый(бифштекс 1,мука 5,масло раст2,масло сл 6)	80	65,52	11,9	13,3	5	184
№333/20 4	Рожки отварные (рожки 51,масло 5,3, соль)	150	7,57	5,3	7	43	220
б/н	Сок фруктовый	200	10,22	0	0	10	80
б/н	Хлеб пшеничный (булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	3	0,6	16	81
	Итого:		91,78	25,7	23,4	89	658
2 смена обед							
№131/ 82	Суп картофельный со скумбрией с зеленью (скумб 60,0,карт п/ф112,5,морк12,5,лук12,0,масл сл5,0,соль2,5,вода175,0)	250/30	24,89	14,2	22	28	297
№50/ 005	Икра свекольная (лук 12,48,масло раст4,5,свекла 57,4,томат 6,6,лим кисл0,04,сах 0,72)	60	6,77	5,5	2,5	15	93
№333/20 4	Бифштекс по домашнему рубленый(бифштекс 1,мука 5,масло раст2,масло сл 6)	80	65,52	11,9	13,3	5	184
б/н	Рожки отварные (рожки 51,масло 5,3, соль)	150	7,57	5,3	7	43	220
б/н	Сок фруктовый	200	10,22	0	0	10	80
	Хлеб пшеничный (булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	3	0,6	16	81
	Итого:		91,78	25,7	23,4	89	658

Четверг							
1 смена завтрак							
№157/20 04	Солянка домашняя со сметаной (говядина 8,1,грудинка 6,6, сосиски 13,6,огурцы сол 25,карт 37,5,томат 7,5,лук 20,8,масло сл 4,лимон 2,5,смет 5,лавр,соль)	250/20/5	24,24	15	17	15	320
	Банан	230	21,64	2,36			
№588/19 96	Компот из свежемороженных ягод (смородина 11,4, сахар15,)	200	4,69	0	0	15	80
б/н	Хлеб пшеничный витамин (булку хлеба режем на 18 кусков)	2кус/60	3,33	3	0,6	16	81
Итого:			53,90	20,36	17,6	46	481
2 смена обед							
№157/20 04	Солянка домашняя со сметаной (говядина 8,1,грудинка 6,6, сосиски 13,6,огурцы сол 25,карт 37,5,томат 7,5,лук 20,8,масло сл 4,лимон 2,5,смет 5,лавр,соль)	250/20/5	24,24	15	17	15	320
	Банан	230	21,64				
№588/19 96	Компот из свежемороженных ягод (смородина 11,4, сахар15,)	200	4,69	0	0	15	80
б/н	Хлеб пшеничный витамин (булку хлеба режем на 18 кусков)	2кус/60	3,33	3	0,6	16	81
Итого:			53,90	20,36	17,6	46	481
Пятница							
1 смена завтрак							
№388/20 04	Котлета рыбные с луком (котл 1,ммасло раст 4)	80	30,72	11	12	5	150
№520/20 04	Картофельное пюре (карт129,молоко 24, масло сливочное 5,3)	150	13,53	4	8,5	25	241
№93/ 2005	Компот из с/фруктов (с/фр 10,0, сах10,0)	200	2,60	0	0	10	85
б/н	Хлеб пшеничный(булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	2,4	0,6	16	81
Итого:			48,55	17,4	21,1	56	557
2 смена обед							
№388/20 04	Суп Крестьянский с говядиной (кап 37,5, перловка10,карт брутто 33,3,морк12,5,лук12,масл сл5,0,соль2,5,вода 212,5, говядина 40)	250/25	23,05	14	15	12	287
	Котлета рыбные с луком (котл 1,ммасло раст 4)	80	30,72	11	12	5	150
№520/20 04	Картофельное пюре (карт129,молоко 24, масло сливочное 5,3)	150	13,53	4	8,5	25	241
№93/ 2005	Компот из с/фруктов (с/фр 10,0, сах10,0)	200	2,60	0	0	10	85
б/н	Хлеб пшеничный(булку хлеба режем на 18 кусков)	1кус/30	1,7	2,4	0,6	16	81
Итого за неделю:			48,55	17,4	21,1	56	557
Итого за неделю:			283,25	109,76	112,6	303	2873,4
Питание 56,65 р за 5 дней 283,25			Доплата				

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Исполнитель: Руденко Е.А.