

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №1



Е.В. Бажина

Директор МАОУ СОШ №2



Н.И. Козлова

Директор Банниковская СОШ



А.Ю. Шалягин

Утверждаю

ИП Колмакова О.М.



## **ПРИМЕРНОЕ 12 -ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**(Завтрак 1 комплекс, обед для ОВЗ,  
СВО, комплексный обед)  
для горячего питания обучающихся  
МАОУ Абатская СОШ №1  
МАОУ Абатская СОШ №2  
МАОУ Банниковская СОШ  
и их филиалы  
под стоимость 246 руб. 10 коп. ежедневно**

**с 1 сентября 2025 года**

Разработано на основании рекомендованного примерного  
12-ти дневного меню №12-ШК-30/3590-20/119  
от 10 августа 2022 для питания обучающихся  
(разработчик АУ ТО "ЦТК")

1 день

Утверждаю



| Наименование блюда                                           | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |             |             |             |              | Цена, руб.    |
|--------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|                                                              |           |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | ЭЦ, ккал     |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                               |           |          | <b>540</b>        | <b>13,1</b> | <b>17,7</b> | <b>71,0</b> | <b>495,7</b> |               |
| Бутерброд с маслом №1-2004                                   |           |          | 20/10             | 1,8         | 7,1         | 9,9         | 111          | 18,00         |
| хлеб пшеничный                                               | 20        | 20       |                   |             |             |             |              |               |
| Масло сливочное                                              | 10        | 10       |                   |             |             |             |              |               |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом №311-2004 |           |          | 200               | 7,5         | 7,7         | 26,0        | 203          | 30,00         |
| хлопья овсяные "Геркулес"                                    | 25        | 25       |                   |             |             |             |              |               |
| молоко питьевое                                              | 182       | 182      |                   |             |             |             |              |               |
| сахар                                                        | 3         | 3        |                   |             |             |             |              |               |
| соль йодированная                                            | 1         | 1        |                   |             |             |             |              |               |
| Масло сливочное                                              | 5         | 5        |                   |             |             |             |              |               |
| Какао с молоком №496-2013                                    |           |          | 180               | 3,1         | 2,7         | 12,1        | 85           | 15,50         |
| какао-порошок                                                | 3         | 3        |                   |             |             |             |              |               |
| сахар                                                        | 8         | 8        |                   |             |             |             |              |               |
| молоко питьевое                                              | 90        | 90       |                   |             |             |             |              |               |
| Фрукт в ассортименте                                         |           |          | 130               | 0,3         | 0,0         | 14,2        | 58           | 21,00         |
| Хлеб пшеничный                                               |           |          | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8         | 39           | 2,50          |
| <b>ОБЕД</b>                                                  |           |          | <b>715</b>        | <b>22,0</b> | <b>21,4</b> | <b>58,8</b> | <b>516</b>   |               |
| Суп с овощами и крупой, с курицей №16/2-2011                 |           |          | 250/15            | 5,8         | 4,8         | 8,3         | 100          | 51,30         |
| курица потрошенная 1 категории                               | 44        | 39       |                   |             |             |             |              |               |
| картофель - 01.09.-31.10. 25%                                | 60        | 45       |                   |             |             |             |              |               |
| 01.11.-31.12.-30%                                            | 64        | 45       |                   |             |             |             |              |               |
| 01.01-29.03-35%                                              | 69        | 45       |                   |             |             |             |              |               |
| 01.03-40%                                                    | 75        | 45       |                   |             |             |             |              |               |
| крупка пшено                                                 | 4         | 4        |                   |             |             |             |              |               |
| лук репчатый                                                 | 12        | 10       |                   |             |             |             |              |               |
| морковь до 01.01.-20%                                        | 15        | 12       |                   |             |             |             |              |               |
| с 01.01 - 25%                                                | 16        | 12       |                   |             |             |             |              |               |
| яйцо куриное                                                 | 20        | 20       |                   |             |             |             |              |               |
| масло сливочное                                              | 6         | 6        |                   |             |             |             |              |               |
| Фрикадельки из птицы (2 шт. по 50 г.) №410-2013              |           |          | 100               | 10,8        | 10,9        | 5,4         | 162,9        | 69,80         |
| фарш куринный                                                | 65        | 65       |                   |             |             |             |              |               |
| молоко питьевое                                              | 15        | 15       |                   |             |             |             |              |               |
| яйцо куриное                                                 | 9         | 9        |                   |             |             |             |              |               |
| морковь до 01.01.-20%                                        | 29        | 23       |                   |             |             |             |              |               |
| с 01.01 - 25%                                                | 31        | 23       |                   |             |             |             |              |               |
| лук репчатый                                                 | 12        | 10       |                   |             |             |             |              |               |
| мука пшеничная                                               | 8         | 8        |                   |             |             |             |              |               |
| сметана                                                      | 8         | 8        |                   |             |             |             |              |               |
| масло растительное                                           | 2         | 2        |                   |             |             |             |              |               |
| Каша гречневая вязкая №510-2004                              |           |          | 150               | 4,3         | 5,1         | 24,3        | 160          | 27,80         |
| крупка гречневая                                             | 38        | 38       |                   |             |             |             |              |               |
| вода питьевая                                                | 120       | 120      |                   |             |             |             |              |               |
| масло сливочное                                              | 6         | 6        |                   |             |             |             |              |               |
| Чай с сахаром №58-2013                                       |           |          | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6        | 51           | 3,90          |
| чай заварка                                                  | 0,8       | 0,8      |                   |             |             |             |              |               |
| сахар                                                        | 12        | 12       |                   |             |             |             |              |               |
| Хлеб пшеничный                                               |           |          | 30                | 0,6         | 0,3         | 13,2        | 59           | 3,80          |
| Хлеб ржаной                                                  |           |          | 20                | 0,5         | 0,3         | 7,6         | 34           | 2,50          |
| <b>ИТОГО:</b>                                                |           |          | <b>1255</b>       | <b>35</b>   | <b>39</b>   | <b>130</b>  | <b>1012</b>  | <b>246,10</b> |

Повар \_\_\_\_\_

2 день

Утверждаю



| Наименование блюда                                                   | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | цена, руб. |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                                      |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                              |           |          | 380               | 14,4     | 9,9     | 38,2   | 300      |            |
| Пудинг из творога с молоком сгущенным №362-2004                      |           |          | 180               | 14,3     | 9,9     | 25,6   | 249      | 103,84     |
| творог нежирный                                                      | 125       | 124      |                   |          |         |        |          |            |
| крупа манная                                                         | 13        | 13       |                   |          |         |        |          |            |
| или мука пшеничная                                                   | 14        | 14       |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                                | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| яйцо куриное                                                         | 12        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| изюм                                                                 | 19        | 18       |                   |          |         |        |          |            |
| Масло сливочное                                                      | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| ванилин                                                              | 0,02      | 0,02     |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                              | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное для смазки листа                                  | 1,2       | 1,2      |                   |          |         |        |          |            |
| масса готового пудинга                                               |           | 150      |                   |          |         |        |          |            |
| молоко сгущенное с сахаром                                           | 30        | 30       |                   |          |         |        |          |            |
| Чай с сахаром №58-2013                                               |           |          | 200               | 0,1      | 0,0     | 12,6   | 51       | 3,90       |
| чай-заварка                                                          | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                                | 12        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| ОБЕД                                                                 |           |          | 715               | 21,3     | 27,1    | 100,5  | 731      |            |
| Винегрет овощной №71-2004                                            |           |          | 80                | 1,0      | 4,0     | 6,7    | 67       | 17,97      |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                      | 27        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12. - 30%                                                  | 29        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01.-29.02 - 35%                                                   | 31        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03. -40%                                                          | 33        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| масса отварного картофеля                                            |           | 18       |                   |          |         |        |          |            |
| свекла до 01.01. - 20%                                               | 25        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                        | 27        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| масса отварной свеклы                                                |           | 18       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь до 01.01.-20%                                                | 17,5      | 14       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                        | 19        | 14       |                   |          |         |        |          |            |
| масса отварной моркови                                               |           | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| огурцы соленные (без уксуса)                                         | 22        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| капуста квашеная                                                     | 17        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                         | 6         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| или лук зеленый                                                      | 6,3       | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                                   | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с курицей №110-2004 |           |          | 250/10/5          | 4,3      | 5,1     | 15,5   | 125      | 30,66      |
| курица потрошенная 1 категории                                       | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |            |
| свекла до 01.01 -20%                                                 | 50        | 40       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                        | 53        | 40       |                   |          |         |        |          |            |
| капуста белокочанная свежая                                          | 25        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                                       | 27        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12. -30%                                                   | 29        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                                                    | 31        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03 - 40%                                                          | 33        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь до 01.01 - 20%                                               | 16        | 13       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                        | 17        | 13       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                         | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                      | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                                | 0,5       | 0,5      |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                              | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Гуляш №152-2004                                                      |           |          | 100               | 11,0     | 14,3    | 5,5    | 195      | 61,73      |
| свинина мясная                                                       | 69        | 59       |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                                   | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| масса тушеного мяса                                                  |           | 40       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                         | 14        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| томатная паста                                                       | 2,5       | 2,5      |                   |          |         |        |          |            |
| мука пшеничная                                                       | 3,8       | 3,8      |                   |          |         |        |          |            |
| Макаронные изделия отварные №516-2004                                |           |          | 150               | 3,4      | 3,1     | 36,8   | 189      | 15,00      |
| макаронные изделия                                                   | 54        | 54       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                      | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| Компот из смеси сухофруктов №508-2013                                |           |          | 200               | 0,5      | 0,0     | 15,2   | 63       | 6,70       |
| сухофрукты                                                           | 25        | 25       |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                                | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                                       |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                                          |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                               |           |          |                   | 35,7     | 37,0    | 138,7  | 1031     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

3 день

Утверждаю



| Наименование блюда                                          | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб |
|-------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------|
|                                                             |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |           |
| ЗАВТРАК                                                     |           |          | 540               | 13,6     | 17,2    | 87,0   | 557      |           |
| Масло сливочное (порциями) №96-2004                         | 10        | 10       | 10                | 0,2      | 7,3     | 0,1    | 67       | 16,00     |
| Сдоба обыкновенная 3570-2013                                |           |          | 80                | 7,5      | 2,4     | 50,5   | 254      | 38,55     |
| Суп молочный с крупой №164-2013                             |           |          | 250               | 5,8      | 7,5     | 23,8   | 186      | 32,40     |
| вода питьевой                                               | 75        | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| молоко питьевое                                             | 175       | 175      |                   |          |         |        |          |           |
| крупы: манная или кукурузная, хлопья овсяные "Геркулес"     | 15        | 15       |                   |          |         |        |          |           |
| или ячневая или гречневая, перловая, пшено                  | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |           |
| масло сливочное                                             | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |           |
| сахар                                                       | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |           |
| соль йодированная                                           | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |           |
| Чай с сахаром №58-2013                                      |           |          | 200               | 0,1      | 0,0     | 12,6   | 51       | 3,90      |
| чай-заварка                                                 | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |           |
| сахар                                                       | 12        | 12       |                   |          |         |        |          |           |
| ОБЕД                                                        |           |          | 750               | 23,1     | 22,1    | 65,9   | 555      |           |
| Уха рыбацкая №181-1996                                      |           |          | 250/50            | 9,3      | 7,2     | 10,4   | 144      | 59,70     |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) | 84        | 62       |                   |          |         |        |          |           |
| картофель - 01.09.-31.10. 25%                               | 100       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.11.-31.12.-30%                                           | 107       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.01-29.03-35%                                             | 116       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.03-40%                                                   | 125       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| лук репчатый                                                | 15        | 13       |                   |          |         |        |          |           |
| масло сливочное                                             | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |           |
| Мясо, тушеное с картофелем №54-3м-2020,2021                 |           |          | 250               | 12,7     | 14,3    | 34,7   | 318      | 89,25     |
| свинина мясная                                              | 87        | 74       |                   |          |         |        |          |           |
| масса тушеного мяса                                         |           | 50       |                   |          |         |        |          |           |
| масло растительное                                          | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |           |
| картофель - 01.09.-31.10. 25%                               | 128       | 96       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.11.-31.12.-30%                                           | 137       | 96       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.01-29.03-35%                                             | 148       | 96       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.03-40%                                                   | 160       | 96       |                   |          |         |        |          |           |
| морковь до 01.01.-20%                                       | 55        | 44       |                   |          |         |        |          |           |
| с 01.01 - 25%                                               | 59        | 44       |                   |          |         |        |          |           |
| томатная паста                                              | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |           |
| лук репчатый                                                | 19        | 16       |                   |          |         |        |          |           |
| сметана                                                     | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| бульон и вода питьевая                                      | 50        | 50       |                   |          |         |        |          |           |
| Напиток из шиповника №705-2004                              |           |          | 200               | 0,2      | 0,0     | 15,1   | 61       | 12,15     |
| шиповник                                                    | 25        | 25       |                   |          |         |        |          |           |
| сахар                                                       | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |           |
| Хлеб пшеничный                                              |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80      |
| Хлеб ржаной                                                 |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50      |
| ИТОГО:                                                      |           |          |                   | 36,7     | 39,3    | 152,9  | 1112     | 246,10    |

Повар \_\_\_\_\_

4 день

Утверждаю

*Маслен*

| Наименование блюда                                                | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                                   |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                           |           |          | 560               | 28,1     | 30,4    | 50,0   | 585      |            |
| Бутерброд с маслом №1-2004                                        |           |          | 20/10             | 1,8      | 7,1     | 9,9    | 111      | 18,00      |
| Хлеб пшеничный                                                    | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                   | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Омлет натуральный №340-2004                                       |           |          | 200               | 22,7     | 20,5    | 2,4    | 285      | 53,10      |
| яйцо куриное                                                      | 152       | 152      |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                   | 60        | 60       |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное для смазки листа                               | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| Чай с молоком №495-2013                                           |           |          | 200               | 2,8      | 2,5     | 15,9   | 97       | 14,74      |
| чай-заварка                                                       | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                             | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                   | 100       | 100      |                   |          |         |        |          |            |
| Фрукт в ассортименте №458-2006                                    |           |          | 130               | 0,3      | 0,0     | 14,2   | 58       | 21,00      |
| Хлеб ржаной                                                       |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ОБЕД                                                              |           |          | 705               | 24,1     | 24,8    | 76,0   | 623      |            |
| Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной №142-2013 |           |          | 250/10/5          | 4,4      | 5,9     | 7,8    | 102      | 29,04      |
| Курица потрошенная 1 категории                                    | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |            |
| капуста белокочанная свежая                                       | 63        | 50       |                   |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                   | 47        | 35       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12. -30%                                                | 50        | 35       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                                                 | 54        | 35       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03 - 40%                                                       | 58        | 35       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь - до 01.01 - 20%                                          | 19        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                     | 20        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                      | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| томатная паста                                                    | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                                | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                           | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Курица запеченная №494-2004                                       |           |          | 90                | 13,8     | 13,0    | 0,0    | 172      | 72,10      |
| грудка куриная на кости                                           | 141       | 134      |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                           | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                                | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| Каша гречневая вязкая отварная №510-2004                          |           |          | 150               | 4,3      | 5,1     | 24,3   | 160      | 17,62      |
| крупа гречневая                                                   | 38        | 38       |                   |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                                                     | 120       | 120      |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                   | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Компот из яблок №507-2013                                         |           |          | 200               | 0,5      | 0,2     | 23,1   | 96,2     | 11,70      |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)                      | 45,6      | 40       |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                             | 15        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                                    |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                                       |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                            |           |          |                   | 52,2     | 55,1    | 125,9  | 1208     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

5 день

Утверждаю



| Наименование блюда                                              | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                                 |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                         |           |          | 595               | 15,2     | 11,2    | 93,6   | 534,6    |            |
| Бутерброд с сыром                                               |           |          | 30/15             | 6,3      | 4,1     | 14,9   | 122      | 29,30      |
| Хлеб пшеничный                                                  |           |          | 30                |          |         |        |          |            |
| сыр                                                             |           |          | 16                |          |         |        |          |            |
| Каша пшеничная жидкая                                           |           |          | 200               | 7,5      | 6,2     | 20,8   | 169      | 30,42      |
| крупа пшеничная                                                 |           |          | 24                |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                 |           |          | 192               |          |         |        |          |            |
| сахар                                                           |           |          | 3                 |          |         |        |          |            |
| соль йодированная                                               |           |          | 1                 |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                 |           |          | 5                 |          |         |        |          |            |
| Чай с лимоном                                                   |           |          | 200               | 0,1      | 0,0     | 13,5   | 54       | 5,50       |
| чай-заварка                                                     |           |          | 0,8               |          |         |        |          |            |
| сахар                                                           |           |          | 12                |          |         |        |          |            |
| лимон                                                           |           |          | 6                 |          |         |        |          |            |
| Фрукт в ассортименте                                            |           |          | 150               | 0,4      | 0,4     | 28,0   | 117      | 25,00      |
| Хлеб пшеничный                                                  |           |          | 20                | 0,4      | 0,2     | 8,8    | 38       | 2,50       |
| Хлеб ржаной                                                     |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ОБЕД                                                            |           |          | 785               | 23,7     | 25,2    | 102,1  | 730      |            |
| Салат витаминный                                                |           |          | 80                | 0,9      | 4,0     | 4,7    | 58       | 15,70      |
| капуста свежая белокочанная                                     |           |          | 73                |          |         |        |          |            |
| масса капусты, стертой с солью                                  |           |          |                   |          |         |        |          |            |
| морковь до 01.01. 20%                                           |           |          | 28                |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                   |           |          | 29                |          |         |        |          |            |
| яблоки свежие, очищенные от кожицы с удаленной сердцевиной      |           |          | 29                |          |         |        |          |            |
| сахар                                                           |           |          | 1,2               |          |         |        |          |            |
| лимонная кислота                                                |           |          | 0,08              |          |         |        |          |            |
| вода для разведения лимонной кислоты                            |           |          | 4                 |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                              |           |          | 4                 |          |         |        |          |            |
| Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной                   |           |          | 250/10/5          | 5,0      | 6,3     | 14,4   | 134      | 43,18      |
| Курица потрошенная 1 категории                                  |           |          | 44                |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                 |           |          | 93                |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12. -30%                                              |           |          | 100               |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                                               |           |          | 108               |          |         |        |          |            |
| 01.03 - 40%                                                     |           |          | 117               |          |         |        |          |            |
| крупа перловая                                                  |           |          | 5                 |          |         |        |          |            |
| морковь - до 01.01 - 20%                                        |           |          | 12,5              |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                   |           |          | 13,3              |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                    |           |          | 10                |          |         |        |          |            |
| огурцы соленые (без уксуса)                                     |           |          | 31                |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                 |           |          | 6                 |          |         |        |          |            |
| сметана                                                         |           |          | 5                 |          |         |        |          |            |
| Рыба запечённая                                                 |           |          | 90                | 13,1     | 10,5    | 2,8    | 158      | 44,20      |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей) |           |          | 136               |          |         |        |          |            |
| сухари пшеничные                                                |           |          | 3                 |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                              |           |          | 3                 |          |         |        |          |            |
| Рис припущенный                                                 |           |          | 150               | 3,1      | 3,8     | 25,4   | 148      | 17,00      |
| крупа рисовая                                                   |           |          | 53                |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                                                   |           |          | 110               |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                 |           |          | 5                 |          |         |        |          |            |
| Сок в ассортименте                                              |           |          | 200               | 0,5      | 0,0     | 34,0   | 138      | 24,5       |
| Хлеб пшеничный                                                  |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                                     |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                          |           |          |                   | 38,9     | 36,4    | 195,6  | 1265     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

6 день

Утверждаю

*Масля*

| Наименование блюда                                      | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена руб. |
|---------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|-----------|
|                                                         |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |           |
| ЗАВТРАК                                                 |           |          | 640               | 14,6     | 13,5    | 109,6  | 618      |           |
| Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004                 |           |          | 20/20             | 1,8      | 0,3     | 26,4   | 116      | 13,50     |
| Хлеб пшеничный                                          | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |           |
| джем                                                    | 20,2      | 20       |                   |          |         |        |          |           |
| Каша гречневая жидкая №311-2004                         |           |          | 200               | 8,6      | 10,2    | 33,3   | 260      | 29,94     |
| крупа гречневая                                         | 40        | 40       |                   |          |         |        |          |           |
| молоко питьевое                                         | 176       | 176      |                   |          |         |        |          |           |
| сахар                                                   | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |           |
| соль йодированная                                       | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |           |
| масло сливочное                                         | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |           |
| Кофейный напиток №501-2013                              |           |          | 200               | 3,2      | 2,7     | 15,9   | 101      | 19,30     |
| Кофейный напиток                                        | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |           |
| сахар                                                   | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| молоко питьевое                                         | 100       | 100      |                   |          |         |        |          |           |
| Сок в индивидуальной упаковке                           |           |          | 200               | 0,5      | 0,0     | 26,4   | 108      | 24,50     |
| Хлеб ржаной                                             |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50      |
| ОБЕД                                                    |           |          | 705               | 19,6     | 29,8    | 86,6   | 693      |           |
| Суп картофельный с крупой, с птицей №138-2004           |           |          | 250/15            | 5,7      | 8,5     | 16,3   | 165      | 48,56     |
| Курица потрошенная 1 категории                          | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |           |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                          | 100       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.11.-31.12. -30%                                      | 107       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.01-29.02 - 35%                                       | 116       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.03 - 40%                                             | 125       | 75       |                   |          |         |        |          |           |
| крупы: рисовая или пшено или овсянные хлопья "Геркулес" | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |           |
| или крупа (перловая, или пшеничная, или овсяная         | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| морковь - до 01.01 - 20%                                | 12,5      | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| с 01.01 - 25%                                           | 13,3      | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| лук репчатый                                            | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| масло сливочное                                         | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |           |
| Котлеты, биточки из мяса №451-2004                      |           |          | 90                | 11,2     | 11,3    | 14,2   | 203      | 65,50     |
| фарш промышленного производства                         | 70        | 70       |                   |          |         |        |          |           |
| Хлеб пшеничный                                          | 16        | 16       |                   |          |         |        |          |           |
| молоко питьевое                                         | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |           |
| лук репчатый                                            | 9,5       | 8        |                   |          |         |        |          |           |
| яйцо куриное                                            | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |           |
| сухари пшеничные                                        | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |           |
| масло растительное для смазки листа                     | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |           |
| Овощи тушеные №225-2004                                 |           |          | 150               | 1,3      | 9,2     | 13,8   | 143      | 26,00     |
| морковь - до 01.01 - 20%                                | 65        | 52       |                   |          |         |        |          |           |
| с 01.01 - 25%                                           | 69        | 52       |                   |          |         |        |          |           |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%                          | 117       | 88       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.11.-31.12. -30%                                      | 126       | 88       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.01-29.02 - 35%                                       | 136       | 88       |                   |          |         |        |          |           |
| 01.03 - 40%                                             | 147       | 88       |                   |          |         |        |          |           |
| капуста белокочанная свежая                             | 100       | 80       |                   |          |         |        |          |           |
| масло растительное                                      | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |           |
| вода питьевая                                           | 46        | 46       |                   |          |         |        |          |           |
| Кисель №505-213                                         |           |          | 200               | 0,3      | 0,2     | 21,5   | 89,0     | 10,00     |
| кисель концентрированный                                | 25,2      | 25,2     |                   |          |         |        |          |           |
| Хлеб пшеничный                                          |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80      |
| Хлеб ржаной                                             |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50      |
| ИТОГО:                                                  |           |          |                   | 34,2     | 43,3    | 196,2  | 1310     | 246,10    |

Повар \_\_\_\_\_

7 день

Утверждаю

*Колмакова*

| Наименование блюда                                             | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|----------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                                |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                        |           |          | 580               | 9,6      | 15,2    | 93,9   | 549      |            |
| Бутерброд с маслом №1-2004                                     |           |          | 20/10             | 1,8      | 7,1     | 9,9    | 111      | 18,00      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Каша рисовая жидкая №311-2004                                  |           |          | 200               | 6,4      | 7,2     | 27,0   | 198      | 42,64      |
| крупа рисовая                                                  | 30        | 30       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                | 190       | 190      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                          | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |            |
| соль йодированная                                              | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Чай с сахаром №685-2004                                        |           |          | 200               | 0,1      | 0,0     | 12,6   | 51       | 3,90       |
| чай-заварка                                                    | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                          | 12        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| Фрукт в ассортименте №458-2006                                 |           |          | 150               | 0,4      | 0,4     | 28,0   | 117      | 25,00      |
| Хлеб пшеничный                                                 |           |          | 20                | 0,4      | 0,2     | 8,8    | 38       | 2,50       |
| Хлеб ржаной                                                    |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ОБЕД                                                           |           |          | 720               | 24,6     | 14,1    | 108,2  | 658      |            |
| Суп гороховый с мясом и гречками №37-2001                      |           |          | 250/20            | 6,5      | 4,8     | 31,8   | 196      | 42,58      |
| Курица потрошенная 1 категории                                 | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                | 73        | 55       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12. -30%                                             | 79        | 55       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                                              | 85        | 55       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03. - 40%                                                   | 92        | 55       |                   |          |         |        |          |            |
| горох лущёный                                                  | 21        | 21       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                   | 14        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь до 01.01 - 20%                                         | 17,5      | 14       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                  | 18,6      | 14       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| гречки из пшеничного хлеба                                     |           | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| хлеб пшеничный                                                 | 38        | 32       |                   |          |         |        |          |            |
| Биточки рыбные №345-2013                                       |           |          | 100               | 13,2     | 5,1     | 18,1   | 171      | 64,58      |
| или минтай потрошенный обезглавленный (филе без кожи и костей) | 100       | 66       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                                 | 18        | 18       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                | 16        | 16       |                   |          |         |        |          |            |
| яйцо куриное                                                   | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                   | 5         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| сухари пшеничные                                               | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                             | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Пюре картофельное №520-2004                                    |           |          | 150               | 3,3      | 3,6     | 22,3   | 135      | 31,40      |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                | 170       | 128      |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12. -30%                                             | 183       | 128      |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                                              | 197       | 128      |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03. - 40%                                                   | 214       | 128      |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                | 24        | 24       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Компот из смеси сухофруктов №508-2013                          |           |          | 200               | 0,5      | 0,0     | 15,2   | 63       | 6,70       |
| сухофрукты                                                     | 25        | 25       |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                          | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                                 |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                                    |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                         |           |          |                   | 34,1     | 29,2    | 202,0  | 1208     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

8 день

Утверждаю



| Наименование блюда                                      | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|---------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                         |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                 |           |          | 495               | 14,9     | 14,1    | 54,6   | 405      |            |
| Бутерброд с сыром №3-2004                               |           |          | 30/15             | 6,3      | 4,1     | 14,9   | 122      | 29,30      |
| Хлеб пшеничный                                          | 30        | 30       |                   |          |         |        |          |            |
| сыр                                                     | 16        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| Суп молочный с крупой № 164-2013                        |           |          | 250               | 5,8      | 7,5     | 23,8   | 186      | 34,95      |
| вода питьевая                                           | 75        | 75       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                         | 175       | 175      |                   |          |         |        |          |            |
| крупы: манная или кукурузная, хлопья овсяные "Геркулес" | 15        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| или ячневая или гречневая, перловая, пшено              | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                         | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                   | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |            |
| соль йодированная                                       | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |            |
| Чай с молоком №495-2013                                 |           |          | 200               | 2,8      | 2,5     | 15,9   | 97       | 14,74      |
| чай-заварка                                             | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                   | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                         | 100       | 100      |                   |          |         |        |          |            |
| ОБЕД                                                    |           |          | 715               | 21,9     | 24,8    | 85,7   | 653      |            |
| Суп с макаронными изделиями с птицей №140-2004          |           |          | 250/15            | 4,9      | 4,8     | 16,4   | 128      | 59,41      |
| Курица потрошенная 1 категории                          | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |            |
| макаронные изделия                                      | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь до 01.01 - 20%                                  | 12,5      | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                           | 13,3      | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                            | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                         | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Гуляш №152-2004                                         |           |          | 100               | 11,0     | 14,3    | 5,5    | 195      | 61,73      |
| или свинина мясная                                      | 69        | 59       |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                      | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| масса тушеного мяса                                     |           | 40       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                            | 14        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| томатная паста                                          | 2,5       | 2,5      |                   |          |         |        |          |            |
| мука пшеничная                                          | 3,8       | 3,8      |                   |          |         |        |          |            |
| Каша гречневая вязкая отварная №510-2004                |           |          | 150               | 4,3      | 5,1     | 24,3   | 160      | 17,62      |
| крупы гречневая                                         | 38        | 38       |                   |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                                           | 120       | 120      |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                         | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Компот из кураги №638-2004                              |           |          | 200               | 0,6      | 0,0     | 18,7   | 77       | 22,05      |
| курага                                                  | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                   | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                          |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                             |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                  |           |          |                   | 36,8     | 38,9    | 140,3  | 1058     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

9 день

Утверждаю



| Наименование блюда                                                                                | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |             |             |              |              | № рецептуры   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
|                                                                                                   |           |          | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                                                                    |           |          | <b>410</b>        | <b>14,0</b> | <b>19,9</b> | <b>56,9</b>  | <b>463</b>   |               |
| <b>Бутерброд с маслом №1-2004</b>                                                                 |           |          | <b>20/10</b>      | <b>1,8</b>  | <b>7,1</b>  | <b>9,9</b>   | <b>111</b>   | <b>18,00</b>  |
| Хлеб пшеничный                                                                                    | 20        | 20       |                   |             |             |              |              |               |
| масло сливочное                                                                                   | 10        | 10       |                   |             |             |              |              |               |
| <b>Каша ячневая жидкая №311-2004</b>                                                              |           |          | <b>200</b>        | <b>7,6</b>  | <b>8,2</b>  | <b>20,7</b>  | <b>187</b>   | <b>29,95</b>  |
| крупка ячневая                                                                                    | 25        | 25       |                   |             |             |              |              |               |
| молоко питьевое                                                                                   | 187       | 187      |                   |             |             |              |              |               |
| сахар                                                                                             | 3         | 3        |                   |             |             |              |              |               |
| соль йодированная                                                                                 | 1,2       | 1,2      |                   |             |             |              |              |               |
| масло сливочное                                                                                   | 5         | 5        |                   |             |             |              |              |               |
| <b>Какао с молоком №496-2013</b>                                                                  |           |          | <b>180</b>        | <b>3,1</b>  | <b>2,7</b>  | <b>12,1</b>  | <b>85</b>    | <b>15,50</b>  |
| какао - порошок                                                                                   | 3         | 3        |                   |             |             |              |              |               |
| молоко питьевое                                                                                   | 90        | 90       |                   |             |             |              |              |               |
| сахар                                                                                             | 8         | 8        |                   |             |             |              |              |               |
| <b>Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (печенье затыжное или т.п.)</b> |           |          | <b>30</b>         | <b>1,5</b>  | <b>1,9</b>  | <b>14,2</b>  | <b>80</b>    | <b>7,50</b>   |
| <b>ОБЕД</b>                                                                                       |           |          | <b>795</b>        | <b>29,0</b> | <b>27,0</b> | <b>101,1</b> | <b>763</b>   |               |
| <b>Суп с рыбными фрикадельками №149-2013</b>                                                      |           |          | <b>250/100</b>    | <b>12,9</b> | <b>7,2</b>  | <b>20,6</b>  | <b>199</b>   | <b>67,45</b>  |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                                                   | 80        | 60       |                   |             |             |              |              |               |
| 01.11.-31.12. -30%                                                                                | 86        | 60       |                   |             |             |              |              |               |
| 01.01-29.02 - 35%                                                                                 | 92        | 60       |                   |             |             |              |              |               |
| 01.03. - 40%                                                                                      | 100       | 60       |                   |             |             |              |              |               |
| морковь до 01.01 - 20%                                                                            | 19        | 15       |                   |             |             |              |              |               |
| с 01.01 - 25%                                                                                     | 20        | 15       |                   |             |             |              |              |               |
| лук репчатый                                                                                      | 10        | 8        |                   |             |             |              |              |               |
| крупка рисовая                                                                                    | 5         | 5        |                   |             |             |              |              |               |
| масло сливочное                                                                                   | 6         | 6        |                   |             |             |              |              |               |
| Фрикадельки:                                                                                      |           |          |                   |             |             |              |              |               |
| минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)                                       | 142       | 105      |                   |             |             |              |              |               |
| лук репчатый                                                                                      | 18        | 15       |                   |             |             |              |              |               |
| яйцо куриное                                                                                      | 5         | 5        |                   |             |             |              |              |               |
| вода питьевая                                                                                     | 7,5       | 7,5      |                   |             |             |              |              |               |
| <b>Биточки рубленые из птицы запеченные с маслом, №498-2004</b>                                   |           |          | <b>90/5</b>       | <b>11,4</b> | <b>15,2</b> | <b>11,2</b>  | <b>227</b>   | <b>72,70</b>  |
| фарш куринный промышленного производства                                                          | 60        | 60       |                   |             |             |              |              |               |
| хлеб пшеничный                                                                                    | 17        | 17       |                   |             |             |              |              |               |
| лук репчатый                                                                                      | 9,5       | 8        |                   |             |             |              |              |               |
| яйцо куриное                                                                                      | 6,5       | 6,5      |                   |             |             |              |              |               |
| молоко питьевое                                                                                   | 18        | 18       |                   |             |             |              |              |               |
| мука пшеничная                                                                                    | 5,5       | 5,5      |                   |             |             |              |              |               |
| масло сливочное                                                                                   | 5         | 5        |                   |             |             |              |              |               |
| масло растительное для смазки листа                                                               | 2         | 2        |                   |             |             |              |              |               |
| <b>Рис припущенный №512-2004</b>                                                                  |           |          | <b>150</b>        | <b>3,1</b>  | <b>3,8</b>  | <b>25,4</b>  | <b>148,0</b> | <b>17,00</b>  |
| крупка рисовая                                                                                    | 53        | 53       |                   |             |             |              |              |               |
| вода питьевая                                                                                     | 110       | 110      |                   |             |             |              |              |               |
| масло сливочное                                                                                   | 5         | 5        |                   |             |             |              |              |               |
| <b>Компот из яблок №507-2013</b>                                                                  |           |          | <b>200</b>        | <b>0,5</b>  | <b>0,2</b>  | <b>23,1</b>  | <b>96</b>    | <b>11,7</b>   |
| яблоки свежие (с удаленным семенным гнездом)                                                      | 45,6      | 40       |                   |             |             |              |              |               |
| сахар                                                                                             | 15        | 15       |                   |             |             |              |              |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                    |           |          | 30                | 0,6         | 0,3         | 13,2         | 59           | 3,80          |
| Хлеб ржаной                                                                                       |           |          | 20                | 0,5         | 0,3         | 7,6          | 34           | 2,50          |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                     |           |          |                   | <b>43,0</b> | <b>46,9</b> | <b>158,0</b> | <b>1226</b>  | <b>246,10</b> |

Повар \_\_\_\_\_

10 день

Утверждаю \_\_\_\_\_

*Колмакова*

| Наименование блюда                                                      | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                                         |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                                 |           |          | 445               | 15,0     | 10,8    | 74,1   | 452      |            |
| Бутерброд с сыром №3-2004                                               |           |          | 30/15             | 6,3      | 4,1     | 14,9   | 122      | 29,30      |
| Хлеб пшеничный                                                          | 30        | 30       |                   |          |         |        |          |            |
| сыр                                                                     | 16        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| Каша пшеничная жидкая                                                   |           |          | 200               | 7,5      | 6,2     | 20,8   | 169      | 30,42      |
| крупа пшеничная                                                         | 24        | 24       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                                         | 192       | 192      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                                   | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |            |
| соль йодированная                                                       | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                         | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Сок в индивидуальной упаковке                                           |           |          | 200               | 0,3      | 0,0     | 22,0   | 89       | 24,50      |
| Хлеб пшеничный                                                          |           |          | 20                | 0,4      | 0,2     | 8,8    | 38       | 2,50       |
| Хлеб ржаной                                                             |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ОБЕД                                                                    |           |          | 720               | 15,4     | 20,5    | 75,8   | 549      |            |
| Рассольник домашний с птицей, со сметаной №132-2013                     |           |          | 250/15/5          | 4,8      | 5,1     | 10,8   | 108      | 53,08      |
| Курица потрошенная 1 категории                                          | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                                         | 100       | 75       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12.-30%                                                       | 107       | 75       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01.-29.02 - 35%                                                      | 116       | 75       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03. - 40%                                                            | 125       | 75       |                   |          |         |        |          |            |
| капуста белокочанная свежая                                             | 25        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь - до 01.01 - 20%                                                | 12,5      | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                                           | 13,3      | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                            | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| огурцы соленые (без уксуса)                                             | 27        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                         | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                                 | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| зелень сушеная (петрушка, укроп)                                        | 0,1       | 0,1      |                   |          |         |        |          |            |
| "Ежики" из мяса с рисом, с соусом (свинина мясная и говядина) №390-2013 |           |          | 100               | 6,1      | 11,7    | 7,4    | 159      | 82,50      |
| фарш говяжий                                                            | 40        | 40       |                   |          |         |        |          |            |
| крупа рисовая                                                           | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                                                           | 15        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| масса готового рассыпчатого риса                                        |           | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                                            | 23        | 19       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                         | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| масса прогретого с маслом лука                                          |           | 9        |                   |          |         |        |          |            |
| мука пшеничная                                                          | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное для смазки листа                                     | 1,5       | 1,5      |                   |          |         |        |          |            |
| масса готовых изделий                                                   |           | 60       |                   |          |         |        |          |            |
| соус сметанный                                                          |           | 50       |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                                 | 12,5      | 12,5     |                   |          |         |        |          |            |
| мука пшеничная                                                          | 1,3       | 1,3      |                   |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                                                           | 37,5      | 37,5     |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                         | 1,3       | 1,3      |                   |          |         |        |          |            |
| Макаронные изделия отварные №516-2004                                   |           |          | 150               | 3,4      | 3,1     | 36,8   | 189      | 15,00      |
| макаронные изделия                                                      | 54        | 54       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                                         | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| Чай с сахаром №58-2013                                                  |           |          | 200               | 0,1      | 0,0     | 12,6   | 51       | 3,90       |
| чай заварка                                                             | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                                   | 12        | 12       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                                          |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                                             |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                                  |           |          |                   | 30,4     | 31,3    | 149,9  | 1001     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

11 день

Утверждаю

*Мессин*

| Наименование блюда                                       | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|----------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                          |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                                  |           |          | 590               | 11,0     | 10,8    | 105,9  | 564      |            |
| Бутерброд с джемом или повидлом №2-2004                  |           |          | 20/20             | 1,8      | 0,3     | 26,4   | 116      | 13,50      |
| Хлеб пшеничный                                           | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| джем                                                     | 20,2      | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| Каша манная жидкая №311-2004                             |           |          | 200               | 5,1      | 7,1     | 28,0   | 196      | 30,62      |
| крупа манная                                             | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                          | 190       | 190      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                    | 3         | 3        |                   |          |         |        |          |            |
| соль йодированная                                        | 1,2       | 1,2      |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                          | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Кофейный напиток №501-2013                               |           |          | 200               | 3,2      | 2,7     | 15,9   | 101      | 19,30      |
| Кофейный напиток                                         | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                    | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                                          | 100       | 100      |                   |          |         |        |          |            |
| Фрукт в ассортименте №458-2006                           |           |          | 150               | 0,4      | 0,4     | 28,0   | 117      | 25,00      |
| Хлеб ржаной                                              |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 35       | 2,50       |
| ОБЕД                                                     |           |          | 790               | 19,9     | 23,3    | 93,4   | 663      |            |
| Салат из капусты белокачанной №54-103-2020,2021          |           |          | 80                | 0,8      | 4,0     | 5,1    | 60       | 19,55      |
| та белокачанная (стертая с солью)                        | 129       | 65       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь до 01.01. -20%                                   | 10        | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                            | 10,6      | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый (бланшированный)                            | 9,5       | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| или лук зеленый                                          | 10        | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| лимон (для сока)                                         | 10        | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                       | 4         | 4        |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                    | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |            |
| Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной №34-2004 |           |          | 250/15/5          | 4,4      | 5,9     | 10,5   | 113      | 47,48      |
| фрикадельки мясные:                                      |           | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| фарш говяжий                                             | 17        | 17       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                             | 2         | 1,5      |                   |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                                            | 1,5       | 1,5      |                   |          |         |        |          |            |
| яйцо куриное                                             | 1,2       | 1,2      |                   |          |         |        |          |            |
| свекла до 01.01 -20%                                     | 80        | 64       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                            | 85        | 64       |                   |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10. - 25%                          | 57        | 43       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12.-30%                                        | 61        | 43       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                                        | 66        | 43       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03. - 40%                                             | 72        | 43       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь - до 01.01 - 20%                                 | 12,5      | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                            | 13,3      | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                             | 13        | 11       |                   |          |         |        |          |            |
| томатная паста                                           | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                                          | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| сметана                                                  | 5         | 5        |                   |          |         |        |          |            |
| Плов из птицы №406-2013                                  |           |          | 240               | 13,1     | 12,8    | 41,8   | 335      | 75,15      |
| грудка куриная (разделка на мякоть без кожи)             | 123       | 84       |                   |          |         |        |          |            |
| или Филе куриное или индейки                             | 89        | 84       |                   |          |         |        |          |            |
| масса тушеной птицы (мякоть)                             |           | 60       |                   |          |         |        |          |            |
| крупа рисовая                                            | 61        | 61       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь - до 01.01 - 20%                                 | 53        | 42       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                                            | 56        | 42       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                                             | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное                                       | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Компот из смеси сухофруктов №508-2013                    |           |          | 200               | 0,5      | 0,0     | 15,2   | 63       | 6,70       |
| сухофрукты                                               | 25        | 25       |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                                    | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                                           |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                                              |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                                   |           |          |                   | 30,9     | 34,1    | 199,3  | 1227     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

12 день

Утверждаю



| Наименование блюда                       | Брутто, г | Нетто, г | Химический состав |          |         |        |          | Цена, руб. |
|------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                          |           |          | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| ЗАВТРАК                                  |           |          | 430               | 27,7     | 30,3    | 28,2   | 496      |            |
| Бутерброд с маслом №1-2004               |           |          | 20/10             | 1,8      | 7,1     | 9,9    | 111      | 18,00      |
| Хлеб пшеничный                           | 20        | 20       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                          | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| Омлет натуральный №340-2004              |           |          | 200               | 22,7     | 20,5    | 2,4    | 285      | 53,10      |
| яйцо куриное                             | 152       | 152      |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                          | 60        | 60       |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное для смазки листа      | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| Кофейный напиток №501-2013               |           |          | 200               | 3,2      | 2,7     | 15,9   | 101      | 19,30      |
| кофейный напиток                         | 0,8       | 0,8      |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                          | 100       | 100      |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                    | 10        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| ОБЕД                                     |           |          | 700               | 21,2     | 21,8    | 90,3   | 642      |            |
| Суп картофельный с курицей №133-2004     |           |          | 250/10            | 4,5      | 4,8     | 15,5   | 123      | 48,00      |
| Курица потрошенная 1 категории           | 44        | 39       |                   |          |         |        |          |            |
| картофель - 01.09.-31.10.- 25%           | 106       | 80       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.11.-31.12.-30%                        | 114       | 80       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.01-29.02 - 35%                        | 123       | 80       |                   |          |         |        |          |            |
| 01.03. - 40%                             | 134       | 80       |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                             | 12        | 10       |                   |          |         |        |          |            |
| морковь - до 01.01 - 20%                 | 19        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| с 01.01 - 25%                            | 20        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                          | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Шницель из мяса №451-2004                |           |          | 90                | 11,2     | 11,3    | 14,2   | 203      | 77,80      |
| фарш промышленного производства          | 70        | 70       |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                           | 16        | 16       |                   |          |         |        |          |            |
| молоко питьевое                          | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| лук репчатый                             | 9,5       | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| яйцо куриное                             | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| сухари пшеничные                         | 8         | 8        |                   |          |         |        |          |            |
| масло растительное для смазки листа      | 2         | 2        |                   |          |         |        |          |            |
| Каша гречневая вязкая отварная №510-2004 |           |          | 150               | 4,3      | 5,1     | 24,3   | 160      | 17,62      |
| крупа гречневая                          | 38        | 38       |                   |          |         |        |          |            |
| вода питьевая                            | 120       | 120      |                   |          |         |        |          |            |
| масло сливочное                          | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Чай с лимоном №686-2004                  |           |          | 200               | 0,1      | 0,0     | 15,5   | 62       | 5,98       |
| чай - заварка                            | 1         | 1        |                   |          |         |        |          |            |
| сахар                                    | 15        | 15       |                   |          |         |        |          |            |
| лимон                                    | 6         | 6        |                   |          |         |        |          |            |
| Хлеб пшеничный                           |           |          | 30                | 0,6      | 0,3     | 13,2   | 59       | 3,80       |
| Хлеб ржаной                              |           |          | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2,50       |
| ИТОГО:                                   |           |          |                   | 48,9     | 52,1    | 118,5  | 1138     | 246,10     |

Повар \_\_\_\_\_

**Документ подписан на ЭП "РТС-тендер"**

Номер договора: 2025.195259

**Исполнитель:**

Дата подписания: 14.08.2025 12:53 (МСК)  
Организация: ИП КОЛМАКОВА ОЛЕСЯ МИХАЙЛОВНА  
ФИО: КОЛМАКОВА ОЛЕСЯ МИХАЙЛОВНА  
Должность:  
Сертификат ЭП  
действителен с: 30.07.2025 07:42 (МСК)  
действителен до: 30.10.2026 07:52 (МСК)  
Серийный номер сертификата ЭП: 023D4250002AB37C92420EA6DD3F016695

**Заказчик:**

Дата подписания: 26.08.2025 07:07 (МСК)  
Организация: МАОУ Банниковская средняя общеобразовательная школа  
ФИО: Шалягин Андрей Юрьевич  
Должность: Директор  
Сертификат ЭП  
действителен с: 01.04.2025 08:21 (МСК)  
действителен до: 25.06.2026 08:21 (МСК)  
Серийный номер сертификата ЭП: 00AA77EE0DE3F176DCD57B880CF655BDDC