

Учебно-издательское
здривательство и лечение
Ильи Ильинича Кузнецова №3



1 неделя четверг 02.09.21г.

Двухнедельное меню для детей от 7 до 11 лет с 02.09.21г. по 10.09.21г.

№ п/п		масса порции	продукты	брutto	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			
								Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	завтрак 1 смена	г		г	г	за кг	рубли				
1	Котлеты рыбные "Любительские" с соусом	80/50	Мягтай морковь хлеб	109 28 7	55 16 7	170,00 74 56	18,53 2,07 0,39				
			лук	10	8	36	0,36				
			яйцо	0,22	0,22	7,50	1,65				
			молоко	8	8	63	0,50				
			масло слив сметана	3 12	3 12	318 151	0,95 1,81	10,59 16,17	4,17	204,57	148
			мука пшеничная	4	4	43	0,17				
			томат паста	4	4	90	0,36	0,88	2,81	3,51	355
2	Пюре картофельное	150	картофель молоко	186 30	128 30	35 63	6,51 1,89				
			масло слив. хлеб	5 50	5 50	318 56	1,59 2,80	3,40 3,06	6,06 9,54	20,52 18,28	321 1
3	Хлеб пшеничный	50		50	50	56	2,80	3,48	4,43	0,00	53,79
4	Сыр твердый	15	сыр	16	15	420	6,72				15
5	Чай с сахаром	200	чай сахар	1	1	363	0,36				
6	Фрукты свежие	165	банан соль йод.	101 4	15 4	68 16	1,02 0,06	0,20 0,66	0,00 0,66	14,00 16,17	56,80 73,26
						130	13,13				376 368
							60,87	22,27	39,67	76,65	752,71

II неделя понедельник

06.09.21г.

№ п/п		масса порции	продукты	брutto	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
								Белки	Жиры	Углеводы	
1	завтрак 1 смена	Г		Г	Г	за кг	рубли				
1	Жаркое по-домашнему	200	говядина	71	52	415	29,47				
			картофель	190	133	35	6,65				
			лук	15	13	36	0,54				
			масло раст	6	6	155	0,93				
			томат-паста	2	2	90,00	0,18	25,49	6,90	20,32	245,34
2	Салат из соленых огурцов	60	огурцы соленые	66	54	47	3,10				259
			лук	13	10	36	0,47				
			масло раст.	3	3	155	0,47	2,59	7,30	2,50	86,06
3	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	363	0,36				376
			сахар	15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
4	Хлеб пшеничный	50	хлеб	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
5	Масло сливочное	10	масло слив.	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
6	Фрукты свежие	145	яблоко	155		75	11,63	0,56	0,56	13,72	62,16
			соль йод.	4,5	4,5	16	0,07				368
						60,87		31,90	32,50	68,92	695,78

I неделя вторник

07.09.21г.

№ п/п		Масса порции	продукты	брutto	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
								Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак 1 смена											
1	Котлета из говядины с соусом	Г	г	г	г	за кг	рубли				
		70/50	говядина	72	52	415	29,88				
			хлеб	11	11	56	0,62				
			хлеб зам.сух	13	13	56,00	0,73				
			лук	12	10	36,00	0,43				
			яйцо	0,1	0,1	7,50	0,75				
			масло раст	5	5	155,00	0,78	10,88	17,31	10,99	243,27
			сметана	12	12	151,00	1,81				
			мука пшеничная	4	4	43,00	0,17				
			томат паста	5	5	90,00	0,45	0,88	2,81	3,51	42,85
2	Макароны отварные	150	макароны	53	53	47	2,49				355
			масло слив	6	6	318	1,91	8,46	10,23	47,86	317,35
3	Хлеб пшеничный	50	хлеб	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
4	Сыр твердый	10	сыр	11	10	420	4,62	2,32	2,95	0,00	35,83
5	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	363	0,36				15
			сахар	15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
6	Фрукты свежие	155	яблоко	160	75	12,00	0,62	0,62	15,19	68,82	368
			соль йод.	3	3	16	0,05				
						60,87	26,42	43,46	109,83	936,14	

II неделя среда

08.09.21г.

№ п/п	завтрак 1 смена	Масса порции г	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
								за кг	рубли	Белки	
1	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	творог	114	112	182	20,75				
			крупа манная	13	13	47	0,61				
			сахар	12	12	68	0,82				
			яйцо	0,25	0,25	7,50	1,88				
			изюм	14	14	220,00	3,08				
			масло слив	5	5	318	1,59				
			хлеб зам.сух	6	6	56	0,34				
			сметана	5	5	151	0,76				
			молоко сгущенное	20	20	185	3,70				
2	Хлеб пшеничный	50	хлеб	50	50	56	2,80				
3	Сыр твердый	10	сыр	11	10	420	4,62				
4	Какао с молоком	200	какао	3	3	400	2,32				
			молоко	90	90	63	5,67				
			сахар	15	15	68	1,02				
			яблоко	160	75	12,00	0,62				
			соль йод.	2	2	16	0,03				
						60,87	37,36	34,83	91,36	828,35	

II неделя четверг

09.09.21г.

№ п/п	Наименование	Масса порции г	продукты	брutto	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
								рубли	Белки	Жиры	
1	Рыба тушенная с овощами	120	Минтай морковь	95 117	80 14	170,00 74	16,15				
2	Пюре картофельное	150	Лук томат-паста	11 4	9 4	36 90,00	1,26 0,40				
3	Хлеб пшеничный	50	Масло раст. картофель	5 186	5 128	155 35	0,36 0,78				
4	Масло сливочное	10	Молоко хлеб	30 50	30 50	63 56	6,51 2,80				
5	Чай с молоком	200	Масло слив. чай сухой	1 1	10 1	318,00 363	1,89 0,36				
6	Фрукты свежие(банан)	145	Молоко сахар	90 15	90 15	63 68	0,36 1,02				
			банан соль йод.	145 3	130 3	18,85 16	0,05 0,05				
						60,87	22,63	36,28	71,22	701,92	

II неделя пятница

10.09.21г.

№ п/п	название	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	пищевые вещества			№ рецептуры
								рубли	белки	жиры	
1	завтрак 1 смена	75/50	говядина	75	54	415	31,13				
	Тефтели с соусом		хлеб	11	11	56	0,62				
			лук	34	28	36	1,22				
			масло раст	4	4	155,00	0,62				
			мука пшеничная	6	6	43,00	0,26				
			масло раст	4	4	155,00	0,62	5,09	5,64	6,43	96,87
			сметана	12	12	151,00	1,81				287
			мука пшеничная	4	4	43,00	0,17				
			томат паста	5	5	90,00	0,45	0,88	2,81	3,51	42,85
			рис	57	57	52	2,96				355
			масло слив.	5	5	318	1,59	3,60	4,32	37,53	203,40
			хлеб	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
			масло слив	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
			чай сухой	1	1	363	0,36				14
			сахар	15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
			яблоко	160		75	12,00	0,56	0,56	13,72	62,16
			соль йод.	3,5	3	16	0,06				368
						60,87	13,39	31,07	93,57	707,50	