

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ МСОШ

Сулейманова З.С.



Примерное меню для первой смены

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецепт	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак 1 день	<b>Каша молочная пшеничная</b>	<b>200</b>							<b>116</b>			
	Крупа пшеничная		0,025	0,025	0,003	0,000	0,016	0,079		80,00	2,00	
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,050	0,050	0,001	0,002	0,002	0,029		148,00	7,40	
	Сахар-песок		0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,15	
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62	
	Соль поваренная пищевая		0,00015	0,00015	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,005	
					<b>0,004</b>	<b>0,004</b>	<b>0,019</b>	<b>0,127</b>			<b>11,17</b>	
	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>								<b>266</b>		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,100	0,100	0,003	0,003	0,005	0,058		148,00	14,80	
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1500,00	3,30	
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35	
					<b>0,003</b>	<b>0,004</b>	<b>0,015</b>	<b>0,104</b>			<b>19,45</b>	
	<b>Банан</b>	<b>89</b>	0,089	0,089	0,00	0,00	0,02	0,09		<b>231</b>	280,00	<b>25,00</b>
	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>50</b>								<b>3</b>		
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07			105,00	3,15
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,04			810,00	4,05
	Сыр		0,016	0,015	0,00	0,00		0,06			680,00	10,88
					<b>0,006</b>	<b>0,009</b>	<b>0,014</b>	<b>0,167</b>				<b>18,08</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03		<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>549,000</b>				<b>0,016</b>	<b>0,017</b>	<b>0,072</b>	<b>0,510</b>			
	<b>Итого за день</b>					<b>0,016</b>	<b>0,017</b>	<b>0,072</b>	<b>0,510</b>			<b>74,89</b>

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ МСОШ

*З. Сулейманова* Сулейманова З.С.



Примерное меню для второй смены

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Обед 1 день	<b>Суп с макаронными</b>	<b>250</b>							<b>85</b>			
	Макароны		0,02	0,02	0,002	0,000	0,014	0,067		80,00	1,60	
	Картофель		0,050	0,040	0,001	0,000	0,008	0,040		93,00	4,65	
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72	
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64	
	Томатная паста.Консервы		0,0006	0,0006	0,000	0,000	0,000	0,000		295,00	0,18	
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		240,00	0,48	
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01	
					<b>0,003</b>	<b>0,002</b>	<b>0,024</b>	<b>0,130</b>				<b>8,28</b>
	<b>Курица,тушенная соусе</b>	<b>90</b>								<b>198</b>		
	Куры 1кат.		0,060	0,044	0,011	0,011	0,000	0,145		450,00	27,00	
	Соль поваренная пищевая		0,00024	0,00024	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01	
	Лук		0,017	0,014	0,000	0,000	0,002	0,007		64,00	1,09	
	Морковь		0,017	0,014	0,000	0,000	0,001	0,005		72,00	1,22	
	Томатная паста		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89	
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		240,00	1,20	
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		65,00	0,33	
					<b>0,012</b>	<b>0,016</b>	<b>0,007</b>	<b>0,219</b>				<b>31,73</b>
	<b>Каша гречневая</b>	<b>100</b>								<b>114</b>		
	Крупа гречневая		0,045	0,045	0,006	0,001	0,028	0,151		110,00	4,95	
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04	
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62	
					<b>0,006</b>	<b>0,003</b>	<b>0,028</b>	<b>0,166</b>				<b>6,61</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>								<b>261</b>		
	Чай черный		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		1390,00	0,70	
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35	
					<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,010</b>	<b>0,038</b>				<b>2,05</b>
<b>Банан</b>	<b>67</b>	0,067	0,067	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,06</b>		<b>231</b>	280,00	<b>18,62</b>	
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,12</b>			105,00	<b>5,25</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,02	0,02	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>			118,00	<b>2,36</b>	
<b>Итого за Обед</b>		<b>777,000</b>			<b>0,028</b>	<b>0,023</b>	<b>0,115</b>	<b>0,787</b>				
<b>Итого за день</b>					<b>0,028</b>	<b>0,023</b>	<b>0,115</b>	<b>0,787</b>			<b>74,89</b>	

Прием пищи Завтрак 2 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецепт уры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Мясо тушенное</b>	<b>90</b>							<b>175</b>		
	Говядина 1кат.		0,052	0,038	0,010	0,008	0,000	0,113		750,00	39,00
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Морковь		0,011	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,79
	Лук		0,016	0,012	0,000	0,000	0,001	0,006		64,00	1,00
	Томатная паста. Консервы		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,036		240,00	0,96
	Мука пшеничная 1 сорта		0,003	0,003	0,000	0,000	0,002	0,010		65,00	0,20
					<b>0,010</b>	<b>0,012</b>	<b>0,004</b>	<b>0,170</b>			<b>42,84</b>
	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>100</b>							<b>114</b>		
	Крупа гречневая		0,046	0,046	0,006	0,002	0,029	0,154		110,00	5,06
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
					<b>0,006</b>	<b>0,003</b>	<b>0,029</b>	<b>0,169</b>			<b>6,72</b>
	<b>Сок фруктовый</b>	<b>150</b>							<b>271</b>		
	Сок абрикосовый		0,15	0,15	0,00	0,00	0,02	0,08		140,00	21,000
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	<b>0</b>	105,00	3,15
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	<b>0</b>	118,00	1,18
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>380,000</b>			<b>0,020</b>	<b>0,016</b>	<b>0,072</b>	<b>0,520</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,020</b>	<b>0,016</b>	<b>0,072</b>	<b>0,520</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 2 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Суп гороховый</b>	<b>250</b>							<b>78</b>		
	Картофель		0,035	0,027	0,001	0,000	0,006	0,028		93,00	3,26
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Горох шлифованный		0,015	0,015	0,003	0,000	0,008	0,047		87,00	1,31
					<b>0,004</b>	<b>0,002</b>	<b>0,015</b>	<b>0,100</b>			<b>6,44</b>
	<b>Жаркое по-домашнему</b>	<b>150</b>							<b>174</b>		
	Говядина 1кат.		0,045	0,033	0,009	0,007		0,098		750,00	33,75
	Соль поваренная пищевая		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,02
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Томатная паста.Консервы		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		295,00	0,30
	Масло подсолнечное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,036		240,00	0,96
	Картофель		0,095	0,075	0,002	0,000	0,015	0,076		93,00	8,84
					<b>0,011</b>	<b>0,012</b>	<b>0,016</b>	<b>0,214</b>			<b>44,50</b>
	<b>Компот из смеси</b>	<b>200</b>							<b>241</b>		
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		380,00	3,80
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,015</b>	<b>0,061</b>			<b>5,15</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,12</b>		105,00	<b>5,25</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,02	0,02	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>		118,00	<b>2,36</b>
	<b>Яблоки</b>	<b>93</b>	0,093	0,093	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,04</b>	<b>231</b>	120,00	<b>11,20</b>
	<b>Итого за Обед</b>	<b>763,000</b>			<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>0,089</b>	<b>0,589</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>0,089</b>	<b>0,589</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Завтрак 3 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецепт уды	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Каша молочная ячневая</b>	<b>200</b>							<b>116</b>		
	Крупа ячневая		0,020	0,020	0,002	0,000	0,013	0,065		78,00	1,56
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,050	0,050	0,001	0,002	0,002	0,029		148,00	7,40
	Сахар-песок		0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,14
	Масло сливочное		0,003	0,003	0,000	0,002	0,000	0,022		810,00	2,43
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
					<b>0,003</b>	<b>0,004</b>	<b>0,017</b>	<b>0,120</b>			<b>11,53</b>
	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>							<b>266</b>		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,100	0,100	0,003	0,003	0,005	0,058		148,00	14,80
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1500,00	3,30
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,003</b>	<b>0,004</b>	<b>0,015</b>	<b>0,104</b>			<b>19,45</b>
	<b>Яблоки</b>	<b>116</b>	0,116	0,116	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>231</b>	120,00	<b>13,93</b>
	<b>Яйца вареные</b>	<b>40</b>	0,04	0,04	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,06</b>	<b>143</b>	425,00	<b>17,00</b>
	<b>Печенье</b>	<b>20</b>	0,02	0,02	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,09</b>	<b>22</b>	230,00	<b>4,60</b>
	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>35</b>							<b>1</b>		
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		105,00	3,15
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,04		810,00	4,05
					<b>0,001</b>	<b>0,004</b>	<b>0,014</b>	<b>0,109</b>			<b>7,20</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>621,000</b>			<b>0,016</b>	<b>0,020</b>	<b>0,077</b>	<b>0,561</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,016</b>	<b>0,020</b>	<b>0,077</b>	<b>0,561</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 3 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Борщ</b>	<b>250</b>							<b>62</b>		
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Свекла		0,021	0,018	0,000	0,000	0,002	0,009		95,00	2,00
	Капуста белокачанная		0,025	0,024	0,001	0,000	0,004	0,020		68,00	1,70
	Картофель		0,020	0,017	0,000	0,000	0,003	0,016		93,00	1,86
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,70
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Петрушка (зелень)		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,001		435,00	0,87
	Сметана 15,0%жирности		0,003	0,003	0,000	0,001	0,000	0,006		340,00	1,02
					<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,011</b>	<b>0,077</b>			<b>9,27</b>
	<b>Рагу куриное</b>	<b>85</b>							<b>198</b>		
	Куры 1кат.		0,056	0,050	0,010	0,010	0,000	0,135		450,00	25,20
	Соль поваренная пищевая		0,00020	0,00020	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Картофель		0,020	0,017	0,000	0,000	0,003	0,016		93,00	1,86
	Томатная паста		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		240,00	1,20
					<b>0,011</b>	<b>0,015</b>	<b>0,005</b>	<b>0,204</b>			<b>30,51</b>
	<b>Каша перловая</b>	<b>150</b>							<b>114</b>		
	Крупа перловая		0,030	0,030	0,003	0,000	0,020	0,096		82,00	2,46
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
					<b>0,003</b>	<b>0,002</b>	<b>0,020</b>	<b>0,111</b>			<b>4,12</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>							<b>261</b>		
	Чай черный		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		1390,00	0,70
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,010</b>	<b>0,038</b>			<b>2,05</b>
	<b>Банан</b>	<b>76</b>	0,076	0,076	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,07</b>	<b>231</b>	280,00	<b>21,34</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,12</b>		105,00	<b>5,25</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,020	0,020	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>		118,00	<b>2,36</b>
	<b>Итого за Обед</b>	<b>831,000</b>			<b>0,022</b>	<b>0,022</b>	<b>0,095</b>	<b>0,674</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,022</b>	<b>0,022</b>	<b>0,095</b>	<b>0,674</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецепта	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак 4 день	<b>Курица, тушенная в соусе</b>	<b>90</b>							<b>198</b>		
	Куры1кат.		0,040	0,035	0,007	0,007	0,000	0,096		450,00	18,00
	Соль поваренная пищевая		0,00024	0,00024	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Лук		0,013	0,013	0,000		0,001	0,005		64,00	0,86
	Морковь		0,014	0,010	0,000	0,000	0,001	0,004		72,00	1,01
	Томатная паста		0,003	0,005	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		240,00	1,20
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		65,00	0,33
					<b>0,008</b>	<b>0,012</b>	<b>0,006</b>	<b>0,168</b>			<b>22,28</b>
	<b>Пюре картофельное</b>	<b>105</b>								<b>91</b>	
	Картофель		0,135	0,090	0,003	0,001	0,022	0,108		93,00	12,59
	Соль поваренная пищевая		0,0004	0,0004	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,015	0,015	0,000	0,000	0,001	0,009		148,00	2,22
					<b>0,003</b>	<b>0,003</b>	<b>0,023</b>	<b>0,132</b>			<b>16,45</b>
	<b>Сок фруктовый</b>	<b>190</b>								<b>271</b>	
	Сок абрикосовый		0,19	0,19	0,00	0,00	0,03	0,11		140,00	26,600
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07	0	105,00	3,15
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	118,00	1,18
	<b>Салат из свеклы</b>	<b>40</b>								<b>5</b>	
	Свекла		0,050	0,040	0,001	0,000	0,005	0,021		95,00	4,75
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
					<b>0,001</b>	<b>0,002</b>	<b>0,005</b>	<b>0,039</b>			<b>5,23</b>
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>465,000</b>				<b>0,016</b>	<b>0,018</b>	<b>0,078</b>	<b>0,543</b>			
<b>Итого за день</b>					<b>0,016</b>	<b>0,018</b>	<b>0,078</b>	<b>0,543</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 4 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Суп фасолевый с</b>	<b>250</b>							<b>75</b>		
	Картофель		0,041	0,035	0,001	0,000	0,007	0,033		93,00	3,83
	Фасоль, зерно		0,025	0,025	0,005	0,001	0,013	0,073		295,00	7,38
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,009	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Соль поваренная пищевая		0,0009	0,0009	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,03
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
	Томатная паста		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		295,00	0,59
					<b>0,006</b>	<b>0,003</b>	<b>0,021</b>	<b>0,131</b>			<b>13,67</b>
	<b>Рыба запеченная</b>	<b>90</b>							<b>160</b>		
	Рыба		0,04	0,02	0,006	0,000		0,029		530,00	21,20
	Соль поваренная пищевая		0,0004	0,0004	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,004	0,001	0,000	0,003	0,016		65,00	0,32
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
					<b>0,007</b>	<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,063</b>			<b>22,01</b>
	<b>Пюре картофельное</b>	<b>125</b>							<b>91</b>		
	Картофель		0,140	0,114	0,003	0,001	0,023	0,112		93,00	13,02
	Соль поваренная пищевая		0,0022	0,0022	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,08
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,006		148,00	1,48
					<b>0,003</b>	<b>0,003</b>	<b>0,023</b>	<b>0,133</b>			<b>16,20</b>
	<b>Сок фруктовый</b>	<b>110</b>							<b>271</b>		
	Сок абрикосовый		0,11	0,11	0,00	0,00	0,02	0,06		140,00	15,400
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	0,00	0,00	0,02	0,12		105,00	5,25
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05		118,00	2,36
	<b>Итого за Обед</b>	<b>645,000</b>			<b>0,023</b>	<b>0,009</b>	<b>0,095</b>	<b>0,560</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,023</b>	<b>0,009</b>	<b>0,095</b>	<b>0,560</b>			<b>74,89</b>



Прием пищи Завтрак 5 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецепт уны	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Суп молочный с крупой</b>	<b>250</b>							<b>87</b>		
	Крупа рисовая		0,015	0,015	0,001	0,000	0,011	0,050		178,00	2,67
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,100	0,100	0,003	0,003	0,005	0,058		148,00	14,80
	Сахар-песок		0,0010	0,0010	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,14
	Соль поваренная пищевая		0,003	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,09
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
					<b>0,004</b>	<b>0,005</b>	<b>0,016</b>	<b>0,126</b>			<b>19,31</b>
	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>							<b>266</b>		
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,100	0,100	0,003	0,003	0,005	0,058		148,00	14,80
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1500,00	3,30
	Сахар-песок		0,014	0,014	0,000	0,000	0,014	0,053		135,00	1,90
					<b>0,003</b>	<b>0,004</b>	<b>0,019</b>	<b>0,120</b>			<b>20,00</b>
	<b>Яйца вареные</b>	<b>40</b>	0,04	0,04	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,06</b>	<b>143</b>	425,00	<b>17,00</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>
	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>50</b>							<b>3</b>		
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		105,00	3,15
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,04		810,00	4,05
	Сыр		0,015	0,015	0,00	0,00		0,05		680,00	10,20
					<b>0,006</b>	<b>0,009</b>	<b>0,014</b>	<b>0,163</b>			<b>17,40</b>
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550,000</b>			<b>0,019</b>	<b>0,022</b>	<b>0,055</b>	<b>0,498</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,019</b>	<b>0,022</b>	<b>0,055</b>	<b>0,498</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 5 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
<b>Суп перловый</b>											
		250							73		
	Картофель		0,050	0,040	0,001	0,000	0,008	0,040		93,00	4,65
	Крупа перловая		0,020	0,020	0,002	0,000	0,013	0,064		82,00	1,64
	Морковь		0,010	0,009	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,012	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Соль поваренная пищевая		0,0009	0,0009	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,03
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72
	Томатная паста		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
					0,003	0,003	0,023	0,139			9,29
<b>Плов с говядиной</b>											
		150							179		
	Рис		0,045	0,045	0,003	0,000	0,032	0,149		178,00	8,01
	Соль поваренная пищевая		0,0002	0,0002	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Говядина 1кат.		0,040	0,036	0,008	0,006		0,087		750,00	30,00
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Масло подсолнечное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,036		240,00	0,96
					0,011	0,011	0,034	0,279			40,34
<b>Компот из смеси</b>											
		200							241		
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		380,00	3,80
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					0,001	0,000	0,015	0,061			5,15
<b>Яблоки</b>											
		113	0,113	0,113	0,00	0,00	0,01	0,05	231	120,00	13,56
<b>Хлеб пшеничный</b>											
		40	0,04	0,04	0,00	0,00	0,02	0,10		105,00	4,20
<b>Хлеб ржаной</b>											
		20	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05		118,00	2,36
<b>Итого за Обед</b>		<b>773,000</b>			0,020	0,016	0,111	0,677			
<b>Итого за день</b>					0,020	0,016	0,111	0,677			<b>74,89</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептурны	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак 6 день	<b>Каша молочная манная</b>	<b>200</b>							<b>117</b>			
	Крупа манная		0,030	0,030	0,003	0,000	0,020	0,098		82,00	2,46	
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,050	0,050	0,001	0,002	0,002	0,029		148,00	7,40	
	Сахар-песок		0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,14	
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62	
					<b>0,005</b>	<b>0,004</b>	<b>0,024</b>	<b>0,146</b>			<b>11,62</b>	
	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>							<b>266</b>			
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,100	0,100	0,003	0,003	0,005	0,058		148,00	14,80	
	Какао-порошок		0,0022	0,0022	0,001	0,000	0,001	0,008		1500,00	3,30	
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35	
					<b>0,003</b>	<b>0,004</b>	<b>0,015</b>	<b>0,104</b>			<b>19,45</b>	
	<b>Банан</b>	<b>95</b>	0,095	0,095	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,09</b>	<b>231</b>	280,00	<b>26,60</b>	
	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>50</b>							<b>3</b>			
	Хлеб пшеничный		0,03	0,03	0,00	0,00	0,01	0,07		105,00	3,15	
	Масло сливочное		0,005	0,005	0,00	0,00	0,00	0,04		810,00	4,05	
	Сыр		0,013	0,012	0,00	0,00		0,05		680,00	8,84	
					<b>0,005</b>	<b>0,008</b>	<b>0,014</b>	<b>0,156</b>			<b>16,04</b>	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>	
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>555,000</b>				<b>0,015</b>	<b>0,016</b>	<b>0,078</b>	<b>0,523</b>			
	<b>Итого за день</b>					<b>0,015</b>	<b>0,016</b>	<b>0,078</b>	<b>0,523</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 6 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Суп рисовый</b>	<b>250</b>							<b>78</b>		
	Картофель		0,050	0,040	0,001	0,000	0,008	0,040		93,00	4,65
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Морковь		0,010	0,007	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Масло подсолнечное		0,001	0,001	0,000	0,001	0,000	0,009		240,00	0,24
	Рис		0,020	0,020	0,001	0,000	0,014	0,066		178,00	3,56
	Соль поваренная пищевая		0,0001	0,0001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,00
					<b>0,003</b>	<b>0,001</b>	<b>0,024</b>	<b>0,122</b>			<b>9,81</b>
	<b>Рагу куриное</b>	<b>90</b>							<b>198</b>		
	Куры 1кат.		0,050	0,044	0,009	0,009	0,000	0,121		450,00	22,50
	Соль поваренная пищевая		0,00020	0,00020	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Томатная паста		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		295,00	0,59
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72
	Картофель		0,029	0,020	0,001	0,000	0,005	0,023		93,00	2,71
					<b>0,010</b>	<b>0,012</b>	<b>0,007</b>	<b>0,178</b>			<b>27,88</b>
	<b>Макаронные изделия</b>	<b>125</b>							<b>137</b>		
	Макароны		0,04	0,04	0,004	0,000	0,028	0,135		80,00	3,20
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
					<b>0,004</b>	<b>0,002</b>	<b>0,028</b>	<b>0,150</b>			<b>4,86</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>							<b>261</b>		
	Чай черный		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		1390,00	0,70
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,010</b>	<b>0,038</b>			<b>2,05</b>
	<b>Банан</b>	<b>81</b>	0,081	0,081	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,08</b>	<b>231</b>	280,00	<b>22,68</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,12</b>		105,00	<b>5,25</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,020	0,020	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>		118,00	<b>2,36</b>
	<b>Итого за Обед</b>	<b>816,000</b>			<b>0,024</b>	<b>0,017</b>	<b>0,118</b>	<b>0,737</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,024</b>	<b>0,017</b>	<b>0,118</b>	<b>0,737</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецепт уры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак 7 день	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>100</b>							<b>114</b>		
	Крупа гречневая		0,046	0,046	0,006	0,002	0,029	0,154		110,00	5,06
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
					<b>0,006</b>	<b>0,003</b>	<b>0,029</b>	<b>0,169</b>			<b>6,72</b>
	<b>Гуляш из говядины</b>	<b>90</b>							<b>175</b>		
	Говядина 1кат.		0,053	0,039	0,010	0,008	0,000	0,116		750,00	39,75
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Лук		0,014	0,012	0,000	0,000	0,001	0,006		64,00	0,92
	Томатная паста. Консервы		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,036		240,00	0,96
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		65,00	0,33
					<b>0,011</b>	<b>0,013</b>	<b>0,005</b>	<b>0,175</b>			<b>42,85</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	0,03	0,03	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	105,00	<b>3,15</b>
	<b>Сок фруктовый</b>	<b>150</b>							<b>271</b>		
	Сок абрикосовый		0,15	0,15	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,08</b>		140,00	<b>21,000</b>
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>380,000</b>			<b>0,020</b>	<b>0,016</b>	<b>0,073</b>	<b>0,525</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,020</b>	<b>0,016</b>	<b>0,073</b>	<b>0,525</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 7 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Суп чечевичные с</b>	<b>250</b>							<b>78</b>		
	Картофель		0,050	0,040	0,001	0,000	0,008	0,040		93,00	4,65
	Чечевица, зерно		0,020	0,020	0,005	0,000	0,009	0,059		185,00	3,70
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Соль поваренная пищевая		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,02
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		240,00	1,20
					<b>0,006</b>	<b>0,006</b>	<b>0,019</b>	<b>0,151</b>			<b>10,93</b>
	<b>Гуляш из говядины</b>	<b>90</b>							<b>175</b>		
	Говядина 1кат.		0,050	0,037	0,009	0,008		0,109		750,00	37,50
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Лук		0,015	0,012	0,000		0,001	0,006		64,00	0,96
	Томатная паста. Консервы		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		240,00	1,20
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,005	0,001	0,000	0,003	0,017		65,00	0,33
					<b>0,001</b>	<b>0,013</b>	<b>0,005</b>	<b>0,177</b>			<b>40,88</b>
	<b>Каша пшеничная</b>	<b>150</b>							<b>114</b>		
	Крупа пшеничная		0,040	0,040	0,005	0,001	0,025	0,126		80,00	3,20
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,003	0,003	0,000	0,002	0,000	0,022		810,00	2,43
					<b>0,005</b>	<b>0,003</b>	<b>0,025</b>	<b>0,149</b>			<b>5,67</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>							<b>261</b>		
	Чай черный		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		1390,00	0,70
	Сахар-песок		0,015	0,015	0,000	0,000	0,015	0,057		135,00	2,03
					<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,015</b>	<b>0,057</b>			<b>2,72</b>
	<b>Салат из капусты с</b>	<b>50</b>							<b>35</b>		
	Капуста белокачанная		0,04	0,03	0,001	0,000	0,007	0,034		68,00	2,92
	Сахар-песок		0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,14
	Соль поваренная пищевая		0,00015	0,00015	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Масло подсолнечное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,036		240,00	0,96
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Зеленый горошек. Консервы		0,012	0,007	0,000	0,000	0,001	0,005		195,00	2,34
					<b>0,001</b>	<b>0,004</b>	<b>0,010</b>	<b>0,082</b>			<b>7,08</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,12</b>		105,00	<b>5,25</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,020	0,020	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>		118,00	<b>2,36</b>
	<b>Итого за Обед</b>	<b>810,000</b>			<b>0,018</b>	<b>0,014</b>	<b>0,106</b>	<b>0,787</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,018</b>	<b>0,014</b>	<b>0,106</b>	<b>0,787</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
Завтрак 8 день	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>120</b>							<b>137</b>		
	Макароны		0,04	0,04	0,004	0,000	0,028	0,135		80,00	3,20
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,003	0,003	0,000	0,002	0,000	0,022		810,00	2,43
					<b>0,004</b>	<b>0,003</b>	<b>0,028</b>	<b>0,157</b>			<b>5,67</b>
	<b>Рагу куриное</b>	<b>90</b>							<b>198</b>		
	Куры1кат.		0,040	0,035	0,007	0,007	0,000	0,096		450,00	18,00
	Соль поваренная пищевая		0,00024	0,00024	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Картофель		0,050	0,040	0,001	0,000	0,008	0,040		93,00	4,65
	Лук		0,015	0,013	0,000		0,001	0,006		64,00	0,96
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Томатная паста		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,005	0,005	0,000	0,005	0,000	0,045		240,00	1,20
	Мука пшеничная 1 сорта		0,004	0,004	0,000	0,000	0,003	0,013		65,00	0,26
					<b>0,009</b>	<b>0,013</b>	<b>0,013</b>	<b>0,204</b>			<b>26,68</b>
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	<b>200</b>							<b>241</b>		
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		380,00	3,80
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,015</b>	<b>0,061</b>			<b>5,15</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>	<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	0,03	0,03	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	105,00	<b>3,15</b>
	<b>Банан</b>	<b>103</b>	0,103	0,103	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,10</b>	<b>231</b>	280,00	<b>28,90</b>
	<b>Салат из тертой моркови</b>	<b>50</b>							<b>42</b>		
	Сахар-песок		0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,14
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72
	Морковь		0,046	0,039	0,001	0,000	0,003	0,014		72,00	3,31
					<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>0,004</b>	<b>0,045</b>			<b>4,17</b>
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>603,000</b>			<b>0,019</b>	<b>0,020</b>	<b>0,101</b>	<b>0,664</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,019</b>	<b>0,020</b>	<b>0,101</b>	<b>0,664</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 8 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Щи из капусты свежей с</b>	<b>250</b>							<b>66</b>		
	Капуста белокачанная		0,030	0,025		0,000	0,005	0,024		68,00	2,04
	Картофель		0,030	0,020	0,001	0,000	0,005	0,024		93,00	2,79
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,66
	Томатная паста		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		295,00	0,59
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
	Сметана 20,0%жирности		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,004		340,00	0,68
	Соль поваренная пищевая		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,02
					<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>0,012</b>	<b>0,078</b>			<b>7,98</b>
	<b>Плов из курицы</b>	<b>150</b>							<b>199</b>		
	Рис		0,045	0,045	0,003	0,000	0,032	0,149		178,00	8,01
	Куры 1кат.		0,045	0,040	0,008	0,008	0,000	0,108		450,00	20,25
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Масло подсолнечное		0,004	0,004	0,000	0,004	0,000	0,036		240,00	0,96
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
					<b>0,012</b>	<b>0,013</b>	<b>0,034</b>	<b>0,300</b>			<b>30,62</b>
	<b>Компот из смеси</b>	<b>200</b>							<b>241</b>		
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		380,00	3,80
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,015</b>	<b>0,061</b>			<b>5,15</b>
	<b>Банан</b>	<b>88</b>	0,088	0,088	0,00	0,00	0,02	0,08	<b>231</b>	280,00	<b>24,58</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>	0,04	0,04	0,00	0,00	0,02	0,10		105,00	<b>4,20</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,020	0,020	0,00	0,00	0,00	0,00		118,00	<b>2,36</b>
	<b>Итого за Обед</b>	<b>748,000</b>			<b>0,018</b>	<b>0,016</b>	<b>0,099</b>	<b>0,622</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,018</b>	<b>0,016</b>	<b>0,099</b>	<b>0,622</b>			<b>74,89</b>



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак 9 день	<b>Плов из курицы</b>	<b>150</b>							<b>199</b>			
	Рис		0,040	0,050	0,003	0,000	0,029	0,132		178,00	7,12	
	Куры1кат.		0,030	0,027	0,005	0,006	0,000	0,072		450,00	13,50	
	Морковь		0,010	0,006	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72	
	Лук		0,010	0,008	0,000		0,001	0,004		64,00	0,64	
	Масло подсолнечное		0,003	0,004	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72	
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04	
						<b>0,009</b>	<b>0,009</b>	<b>0,030</b>	<b>0,238</b>			<b>22,74</b>
	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	<b>200</b>								<b>241</b>		
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		380,00	3,80	
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35	
						<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,015</b>	<b>0,061</b>			<b>5,15</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	0,00	0,00	0,00	0,03	0	118,00	1,18	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,02	0	105,00	1,05	
	<b>Яблоки</b>	<b>52</b>	0,052	0,052	0,00	0,00	0,01	0,02	231	120,00	6,28	
	<b>Йогурт фруктовый</b>	<b>100</b>							0,06			
	Йогурт плодово-ягодный 1,5%		0,100	0,100	0,01	0,00	0,01	0,07		385,00	38,50	
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>522,000</b>				<b>0,016</b>	<b>0,011</b>	<b>0,069</b>	<b>0,443</b>			
	<b>Итого за день</b>					<b>0,016</b>	<b>0,011</b>	<b>0,069</b>	<b>0,443</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи Обед 9 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
	<b>Рассольник</b>	<b>250</b>							<b>73</b>		
	Картофель		0,030	0,026	0,001	0,000	0,005	0,024		93,00	2,79
	Крупа перловая		0,015	0,015	0,001	0,000	0,010	0,048		82,00	1,23
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Соль поваренная пищевая		0,0009	0,0009	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,03
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72
	Томатная паста		0,002	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000		295,00	0,59
	Огурцы соленные		0,010	0,009	0,00	0,00	0,00	0,01		280,00	2,80
					<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,019</b>	<b>0,116</b>			<b>9,52</b>
	<b>Рыба запеченная</b>	<b>90</b>							<b>160</b>		
	Рыба		0,04	0,02	0,006	0,000		0,029		530,00	21,20
	Соль поваренная пищевая		0,0004	0,0004	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Мука пшеничная 1 сорта		0,005	0,004	0,001	0,000	0,003	0,016		65,00	0,32
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,018		240,00	0,48
					<b>0,007</b>	<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,063</b>			<b>22,01</b>
	<b>Пюре картофельное</b>	<b>120</b>							<b>91</b>		
	Картофель		0,140	0,112	0,003	0,001	0,023	0,112		93,00	13,02
	Соль поваренная пищевая		0,0025	0,0025	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,09
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,010	0,010	0,000	0,000	0,000	0,006		148,00	1,48
					<b>0,003</b>	<b>0,003</b>	<b>0,023</b>	<b>0,133</b>			<b>16,21</b>
	<b>Компот из смеси</b>	<b>200</b>							<b>241</b>		
	Сухофрукты		0,010	0,010	0,001	0,000	0,006	0,023		380,00	3,80
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35
					<b>0,001</b>	<b>0,000</b>	<b>0,015</b>	<b>0,061</b>			<b>5,15</b>
	<b>Салат из свеклы</b>	<b>30</b>							<b>38</b>		
	Свекла		0,035	0,003	0,001	0,000	0,003	0,015		95,00	3,33
	Масло подсолнечное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,020		240,00	0,54
					<b>0,001</b>	<b>0,002</b>	<b>0,003</b>	<b>0,035</b>			<b>3,87</b>
	<b>Яблоки</b>	<b>88</b>	0,088	0,088	0,00	0,00	0,01	0,04	<b>231</b>	120,00	<b>10,52</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	0,05	0,05	0,00	0,00	0,02	0,12		105,00	<b>5,25</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05		118,00	<b>2,36</b>
	<b>Итого за Обед</b>	<b>848,000</b>			<b>0,019</b>	<b>0,012</b>	<b>0,105</b>	<b>0,619</b>			
	<b>Итого за день</b>				<b>0,019</b>	<b>0,012</b>	<b>0,105</b>	<b>0,619</b>			<b>74,89</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма	
					Б	Ж	У					
Завтрак 10 день	<b>Каша молочная овсянная</b>	<b>150</b>							<b>177</b>			
	Крупа овсяная		0,030	0,030	0,003	0,002	0,015	0,091		82,00	2,46	
	Молоко пастеризованное 3,5%		0,050	0,050	0,001	0,002	0,002	0,029		148,00	7,40	
	Сахар-песок		0,001	0,001	0,000	0,000	0,001	0,004		135,00	0,14	
	Соль поваренная пищевая		0,00015	0,00015	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01	
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62	
						<b>0,005</b>	<b>0,005</b>	<b>0,018</b>	<b>0,139</b>			<b>11,62</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>								<b>261</b>		
	Чай черный		0,0005	0,0005	0,000	0,000	0,000	0,000		1390,00	0,70	
	Сахар-песок		0,010	0,010	0,000	0,000	0,010	0,038		135,00	1,35	
						<b>0,000</b>	<b>0,000</b>	<b>0,010</b>	<b>0,038</b>			<b>2,05</b>
	<b>Банан</b>	<b>93</b>	0,093	0,093	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,02</b>	<b>0,09</b>		<b>231</b>	280,00	<b>25,98</b>
	<b>Сырники</b>	<b>70</b>								<b>150</b>		
	Творог		0,050	0,049	0,009	0,000	0,001	0,044		485,00	24,25	
	Сахар-песок		0,003	0,003	0,000	0,000	0,003	0,011		135,00	0,41	
	Мука пшеничная 1 сорта		0,014	0,013	0,001	0,000	0,009	0,045		65,00	0,88	
	Яйцо куриное целое		0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00		425,00	0,85	
	Молоко сгущенное с сахаром 5,0%		0,007	0,007	0,000	0,001	0,004	0,022		410,00	2,79	
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72	
	Сметана 15,0% жирности		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,005		340,00	1,02	
						<b>0,011</b>	<b>0,005</b>	<b>0,017</b>	<b>0,157</b>			<b>30,91</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>	0,010	0,010	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,03</b>		<b>0</b>	118,00	<b>1,18</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	0,03	0,03	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>		<b>0</b>	105,00	<b>3,15</b>
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>553,000</b>				<b>0,021</b>	<b>0,011</b>	<b>0,084</b>	<b>0,520</b>				
<b>Итого за день</b>					<b>0,021</b>	<b>0,011</b>	<b>0,084</b>	<b>0,520</b>			<b>74,89</b>	

Прием пищи Обед 10 день	Наименование блюда	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	№ рецептуры	Цена	Сумма
					Б	Ж	У				
<b>Суп гороховый</b>											
		250							78		
	Картофель		0,045	0,032	0,001	0,000	0,007	0,036		93,00	4,19
	Морковь		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Лук		0,010	0,008	0,000	0,000	0,001	0,004		64,00	0,64
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72
	Горох шлифованный		0,015	0,015	0,003	0,000	0,008	0,047		87,00	1,31
	Соль поваренная пищевая		0,0010	0,0010	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
					0,005	0,003	0,017	0,117			7,61
<b>Мясо тушенное</b>											
		90							175		
	Говядина 1кат.		0,050	0,037	0,009	0,008		0,109		750,00	37,50
	Соль поваренная пищевая		0,0003	0,0003	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,01
	Лук		0,010	0,011	0,000		0,001	0,004		64,00	0,64
	Морковь		0,010	0,010	0,000	0,000	0,001	0,003		72,00	0,72
	Томатная паста.Консервы		0,003	0,003	0,000	0,000	0,000	0,001		295,00	0,89
	Масло подсолнечное		0,003	0,003	0,000	0,003	0,000	0,027		240,00	0,72
	Мука пшеничная 1 сорта		0,003	0,003	0,000	0,000	0,002	0,010		65,00	0,20
					0,001	0,011	0,004	0,154			40,67
<b>Каша гречневая</b>											
		150							114		
	Крупа гречневая		0,040	0,040	0,005	0,001	0,025	0,134		110,00	4,40
	Соль поваренная пищевая		0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		35,00	0,04
	Масло сливочное		0,002	0,002	0,000	0,002	0,000	0,015		810,00	1,62
					0,005	0,003	0,025	0,149			6,06
<b>Сок фруктовый</b>											
		100							271		
	Сок абрикосовый		0,10	0,10	0,00	0,00	0,01	0,06		140,00	14,000
<b>Хлеб пшеничный</b>											
		40	0,04	0,04	0,00	0,00	0,02	0,10		105,00	4,20
<b>Хлеб ржаной</b>											
		20	0,02	0,02	0,00	0,00	0,01	0,05		118,00	2,36
<b>Итого за обед</b>		<b>650,000</b>			0,016	0,018	0,087	0,623			
<b>Итого за день</b>					0,016	0,018	0,087	0,623			<b>74,89</b>