

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК								
Бутерброд с сыром			30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,16
№90 батон	30	30						
2013г. сыр твердый	21	20						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	15	11	21,75	243	50,07
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	12	12						
или крупа манная	11	11						
вода питьевая для каши	36	36						
яичный порошок	3,27	3,27						
сахар	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
молоко сгущённое с саха	10	10						
Кисломолочный напиток в ассортименте			200	5,2	6,4	9	114	16,12
№517 2013г.	207	200						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	8,08
№495 чай	2	2						
2013г. молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
сахар	15	15						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО				30,5	24,8	74,35	639	92,82
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов, с маслом растительным			100	0,9	5,1	1,2	54	18,16
№106 огурцы свеж. парник.	98	96						
2013г. или огурцы свеж. грунт.	101	96						
масло растительное	5	5						
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной			250/15/10	6,1	7,2	7,8	120	19,93
№142 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная к/к	29	25						
капуста свеж.белокочан	63	50						
картофель - 40%	58	35						
морковь - 25%	20	15						
лук репчатый	12	10						
томатная паста	1,6	1,6						
масло растительное	6	6						
сметана	10	10						
Котлета полтавская запеч., с соусом смет. с томатом			100/30	13,9	14,7	9,6	226	50,79
№427 говядина 1 категории	158	116						
1996г. или говядина к/к	137	116						
или фарш мясной пром	116	116						
вода питьевая	10	10						
чеснок	0,6	0,5						
яичный порошок	1,68	1,68						
сухари пшеничные	10	10						
масло растительное для смазки ли	3	3						
Соус сметанный с томатом		30						
№444 сметана	12,5	12,5						
2013г. мука пшеничная	2,3	2,3						
вода питьевая	17,5	17,5						
томатная паста	1,2	1,2						
Макаронные изделия отварные			230	6,1	7,4	52,1	299	12,70
№291 макаронные изделия	85	85						
2013г. масло сливочное	10	10						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			60	1,2	0,6	26,4	116	4,17
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				30,1	35,8	153,8	1056	117,72
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром производства №590 2013г.			36	4	6,2	27,3	213	4,19
Напиток из шиповника			200	0,2	0	15,1	61,4	7,63
№512 шиповник	25	25						
2013г. сахар	5	5						
вода питьевая	235	235						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			114	0,4	0,4	14,4	152	22,07
ИТОГО				4,6	6,6	56,8	426,4	33,89
ИТОГ ЗА 3 ДЕНЬ				65,2	67,2	284,95	2121,4	244,43

Повар-бригадир _____