

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Цена, р
					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК									
Бутерброд с маслом сливочным				30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,59
№93	батон	30	30						
2013г.	масло сливочное	15	15						
Суп молочный с крупой				250	5,9	8,9	25,8	207	14,52
№164	молоко питьевое	175	175						
2013г.	вода питьевая	75	75						
	крупa рис	15	15						
	или крупa перловая	20	20						
	сахар	5	5						
	масло сливочное	3	3						
Чай с лимоном				200/5	0,1	0	15,5	62	3,07
№494	чай	2	2						
2013г.	сахар	15	15						
	лимон	6	5						
	вода	200	200						
Кисломолочный напиток в ассортименте				200	5,2	6,4	9	174	18,37
№517 2013г.		207	200						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				20	0,6	0,2	7,6	35	1,29
Хлеб пшеничный №108 2013г.				20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО					14,7	25,6	81,2	674	52,23
ОБЕД									
Нарезка из свежих помидоров , с маслом растительным				100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106	помидоры свжие парни	99	97						
2013г.	или помидоры свеж.гру	114	97						
	масло растительное	5	5						
Суп картофельный с рыбными фрикадельками				250/100	14,5	7,2	21,7	209	32,28
№149	картофель - 40%	230	138						
2013г.	морковь - 25%	20	15						
	лук репчатый	12	10						
	масло растительное	6	6						
	томатная паста	1,6	1,6						
фрикадельки:									
№168	горбуша потрашен.с гол	143	100						
2013г.	или горбуша нераздела	172	100						
	или минтай потрошенны	135	100						
	или фарш минтая	100	100						
	лук репчатый	24	20						
	яичный порошок	1,4	1,4						
	вода питевая	7,5	7,5						
Бедро или грудка куриные запеченые "Домашние"				100	17,2	16	0,7	216	35,25
№494	курица потрошенная 1 к	167	149						
2004г.	или грудка куриная на к	157	149						
	или бедро куриное	157	149						
	томатная паста	2	2						
	чеснок	0,6	0,5						
	масло растительное	2	2						
Рис припущенный				180	3,5	4,4	30,5	176	9,39
№415	крупa рисовая	64	64						
2013г.	вода питьевая	132	132						
	масло сливочное	6	6						
Компот из кураги				200	0,9	0	27	112	8,06
№512	курага	25	25						
2013	сахар	6	6						
	вода питьевая	211	211						
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					39,9	34,1	133,1	999	113,29
ПОЛДНИК									
Кондитерское изделие пром.пр-ва №589 2013г.				36	6,2	2,8	31,2	175	4,03
Молоко питьевое кипяченое				200	7,7	7	10,7	137	12,27
№515 2013г.		200	200						
Фрукт в ассортименте №112 2013				100	0,1	0,1	10,5	97	19,42
ИТОГО					14	9,9	52,4	409	35,72
ИТОГ ЗА 4 ДЕНЬ					68,6	69,6	266,7	2082	201,24

Повар-бригадир _____