

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 твёрдый	21	20						
Каша молочная ячневая, с маслом сливочным			250/5	9,8	10,7	31	260	19,51
№255 крупа ячневая	32	32						
2013г. молоко питьевое	234	234						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Чай с молоком			200	2,8	2,5	19,9	113	8,08
№958 чай	2	2						
2013г. молоко питьевое	100	100						
сахар	15	15						
вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013			90	0,3	0,3	14	60	11,35
Хлеб пшеничный №108 2013г.			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
ИТОГО				21,3	18,9	105	674	60,17
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров и огурцов, с маслом раст			100	0,9	5	3,1	61	18,97
№106 помидоры свежие парн	51	50						
2013г. или помидоры свежие г	59	50						
огурцы свежие парнико	46	45						
или огурцы свежие грун	47	45						
масло растительное	5	5						
Свекольник с мясом, со сметаной			250/15/10	7,7	6,3	21	172	31,23
№131 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная	29	25						
свекла-25%	85	64						
картофель-40%	72	43						
морковь-25%	13,3	10						
лук репчатый	13	11						
томатная паста	1,2	1,2						
масло сливочное	6	6						
сахар	1	1						
сметана	10	10						
Гречка по-купечески с мясом			250	15,3	18,4	37,7	378	44,10
№4/8 говядина 1 категории	107	79						
2011г. или говядина к/к	93	79						
или свинина мясная	87	74						
масло растительное	4	4						
крупа гречневая	48	48						
вода питьевая	150	150						
масло сливочное	1	10						
лук репчатый	14	12						
морковь-25%	33	25						
Компот из свежих плодов			200	0,2	0	20,6	83	10,17
№507 яблоки свежие	45,6	40						
2013г. или груши свежие	44	40						
или апельсины свежие	60	40						
сахар	15	15						
вода питьевая	162	162						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			30	0,6	0,3	13,2	58	2,18
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	0,7	0,1	11,3	51	1,93
ИТОГО				25,4	30,1	106,9	803	108,58
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром.про-ва №589 2013			36	6,2	2,8	31,2	175	4,03
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО				6,7	2,8	65,2	313	12,14
ИТОГ ЗА 12 ДЕНЬ				53,4	51,8	277,1	1790	180,89

Повар-бригадир \_\_\_\_\_