

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	21	20						
Каша молочная манная, с маслом сливочным				250/5	7,3	9,8	35	257	19,89
№262	крупа манная	25	25						
2013г.	молоко питьвое	238	238						
	сахар	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Чай с молоком				200	0,3	0,3	14	60	8,08
№495	чай	2	2						
2013г.	сахар	15	15						
	молоко питьвое	100	100						
	вода питьевая	100	100						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.				100	0,3	0,3	14	60	19,42
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				30	1,2	0,6	26,4	114	1,93
Хлеб пшеничный №108 2013г.				30	0,6	0,3	13,2	57	2,09
ИТОГО					16,8	16	117,5	678	68,57
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 макаронными изделиями с курице				250/15	4,9	6,3	21,2	161	21,59
№147	курица потрашенная 1 кг	45	40						
2013г.	или филе куриное	25	24						
	или филе грудки индейки	25	24						
	или грудка куриная на кости	35	24						
	или бедро куриное	35	24						
	картофель - 40%	125	75						
	макаронные изделия	12	12						
	морковь -25%	16	12						
	лук репчатый	14	12						
	масло сливочное	6	6						
	зелень сушеная	0,1	0,1						
Говядина или свинина, тушённая с капустой				250	12,8	19,8	21,4	316	47,22
№365	говядина 1 категории	110	81						
2013г.	или говядина полуфабрикат	96	81						
	или гуляш-полуфабрикат	81	81						
	или свинина мясная	97,5	83						
	лук репчатый	18	15						
	масло растительное	10	10						
	капуста свежая белокочанная	313	250						
	морковь -25%	43	32						
	томатная паста	1	1						
	мука пшеничная	2	2						
Сок в ассортименте №518 2013г.				200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.				40	0,8	0,4	12,6	77	2,87
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				40	0,9	0,5	15,1	69	2,57
ИТОГО					21,1	32,1	108,4	828	102,64
ПОЛДНИК									
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №589 2013г.				36	6,2	2,8	31,2	175	4,03
Какао с молоком				200	3,8	3,5	25	147	8,46
№496	какао-порошок	5	5						
2013г.	сахар	20	20						
	молоко питьвое	100	100						
	вода питьевая	100	100						
ИТОГО					10	6,3	56,2	322	12,49
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ					47,9	54,4	282,1	1828	183,70

Повар-бригадир _____