

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 и сыром			30/10/20	6,5	10,7	11,9	170	24,85
№93 батон	30	30						
2013г. масло сливочное	10	10						
сыр твердый	21	20						
Каша молочная кукурузная, с маслом сливочным			250/5	9,5	10,5	36,5	279	20,20
№265 крупа кукурузная	32	32						
2013г. молоко питьевое	234	234						
сахар	4	4						
масло сливочное	5	5						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	10	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			20	0,5	0,3	7,6	34	1,29
Хлеб пшеничный № 108 2013г.			40	0,8	0,4	17,6	77	2,78
ИТОГО				20,5	24,6	89,5	661	57,80
ОБЕД								
Нарезка из свежих огурцов,с маслом растительным			100	0,7	0,1	1,9	11,3	18,20
№106 огурцы свежие грунтовые	101	96						
2013г. или огурцы свежие парники	98	96						
масло растительное	5	5						
Уха с крупой			250/100	18,1	10,1	14	219	43,14
№152 горбуша потрошен с головой	172	120						
2013г. или горбуша неразделанная	206	120						
или минтай потрошеный	167	124						
или лосось неразделан	217	126						
картофель - 40%	125	75						
крупа рисовая	9	9						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
Курица в соусе с томатом			100	14,1	15,6	1,8	204	24,93
№405 курица потрошенная 1 кг	146	130						
2013г. или грудка куриная на кости	73	70						
или филе куриное или крылышки	69	65						
или бедро куриное	73	70						
масло растительное	4	4						
лук репчатый	9,5	9,5						
томатная паста	4	4						
мука пшеничная	2	2						
чеснок	1,2	0,9						
морковь-25%	11	8						
вода питьевая	50	50						
Картофельное пюре			200	5,1	6,1	28,1	188	20,46
№429 картофель - 40%	286	171						
2013г. молоко питьевое	32	32						
масло сливочное	7	7						
Компот из сухофруктов			200	0,5	0	18,8	77	5,10
№508 сухофрукты	25	25						
2013г. сахар	15	15						
вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			80	1,6	0,8	35,2	154	5,51
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО				41,5	33,5	122,5	956,3	121,20
ПОЛДНИК								
Кондитерское изделие пром. пр-ва в асс. №590 2013г.			24	4,5	5,5	44,3	221	2,79
Фрукт в ассортименте №112 2013г.			130	0,9	0,7	25,5	112	14,81
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
ИТОГО				5,9	6,2	103,8	471	25,71
ИТОГ ЗА 11 ДЕНЬ				67,9	64,3	315,8	2088,3	204,71

Повар-бригадир \_\_\_\_\_