

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						
Макаронные изделия, запеченные с сыром				220	12,2	12,5	48,9	357	20,69
№296	макаронные изделия	80	80						
2013г.	масло сливочное	6	6						
	сыр твердый	12,5	12						
	масло сливочное для сал	3	3						
Чай с лимоном				200/5	0,1		15,5	62	3,07
№494	чай	2	2						
2013г.	сахар	15	15						
	лимон	6	5						
	вода питьевая	200	200						
Хлеб пшеничный №108 2013г.				20	0,4	0,2	8,8	39	1,39
ИТОГО					15,2	22,6	87,7	615	38,74
ОБЕД									
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным				100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106	помидоры свежие парн	99	97						
2013г.	или помидоры свежие г	114	97						
	масло растительное	5	5						
Суп картофельный с крупой с мясом				250/15	7,7	5,9	21,1	168	22,17
№138	говядина 1 категории	33	24						
2004г.	или говядина к/к	28	24						
	или свинина мясная	29	25						
	крупка перловая	6	6						
	картофель - 40%	125	75						
	лук репчатый	12	10						
	морковь-25%	13,3	10						
	масло сливочное	6	6						
Котлета рыбная натуральная запеченая, с маслом слив				120/5	15,5	19,7	9,2	276	27,10
№9/7	минтай потрашенный	170	126						
2011г	или горбуша потрашенн	189	126						
	или горбуша нераздела	229	126						
	или фарш минтая пром	126	126						
	лук репчатый	12	10						
	яичный порошок	6,16	6,16						
	мука пшеничная	8	8						
	масло растительное дл	4	4						
	масло сливочное	5	5						
Овощи припущенные				150	2,2	3,8	20,3	124	17,72
№524	морковь-25%	86	65						
2004г.	или кабачки	112	75						
	лук репчатый	18	15						
	картофель - 40%	137	82						
	мука пшеничная	3	3						
	масло сливочное	5	5						
Компот из кураги				200	0,9	0	27	112	8,06
№512	курага	25	25						
2013г.	сахар	6	6						
	вода питьевая	211	211						
Хлеб пшеничный №108 2013г.				80	1,6	0,8	35,2	154	5,56
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.				60	1,4	0,8	22,7	103	3,86
ИТОГО					30,5	36,1	139,6	1004	104,75
ПОЛДНИК									
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №588 2013г.				30	8	8,7	15,7	173	6,50
Чай с сахаром				200	0,1	0	12,6	51	1,28
№493	чай	1	1						
2013г.	сахар	12	12						
	вода питьевая	200	200						
Фрукт в ассортименте №112 2013г.				104	1,3	0,7	37,5	162	13,07
ИТОГО					8,1	8,7	28,3	386	20,85
ИТОГ ЗА 13 ДЕНЬ					53,8	67,4	255,6	2005	164,34

Повар-бригадир _____