

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						
Запеканка из творога, со сгущённым молоком			150/10	15	11	21,75	243	50,07
№313 творог	144	143						
2013г. мука пшеничная	12	12						
или крупа манная	11	11						
вода питьевая для каши	36	36						
яичный порошок	3,27	3,27						
сахар	6	6						
ванилин	0,01	0,01						
сметана	6	6						
сухари пшеничные	6	6						
масло сливочное для смазки листа	4	4						
масса готовой запеканки		150						
молоко сгущенное с сахаром	10	10						
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	8,68
№501 кофейный напиток	5	5						
2013г. сахар	10	10						
молоко питьевое	100	100						
вода питьевая	100	100						
Хлеб пшеничный №108 2013г.			80	0,1	0,1	4	59	5,56
Фрукт в ассортименте №112 2013			73	0,3	0,3	14	60	15,04
ИТОГО				25,7	18,8	70,55	593	96,51
ОБЕД								
Нарезка из свежих помидоров, с маслом растительным			100	1,2	5,1	4,1	67	20,28
№106 помидоры свежие парные	99	97						
2013г. или помидоры свежие готовые	114	97						
масло растительное	5	5						
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной			250/15/5	7,9	5,8	15,5	146	21,26
№154 говядина 1 категории	33	24						
2013г. или говядина к/к	28	24						
или свинина мясная	29	25						
капуста свежая белокочанная	40	32						
картофель-40%	47	28						
крупка перловая	10	10						
морковь-25%	13,3	10						
лук репчатый	12	10						
масло сливочное	6	6						
сметана	5	5						
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом			120/40	24	14,1	15,5	285	26,65
№347 горбуша(кета)потрашен	173	115						
2013г. или горбуша неразделанная	209	115						
или минтай потрашен	155	115						
или фарш минтая промышленный	115	115						
хлеб пшеничный	18	18						
молоко питьевое	18	18						
яичный порошок	2,8	2,8						
мука пшеничная	10	10						
соус сметанный с томатом		40						
№444 сметана	15	15						
2013г. мука пшеничная	3	3						
вода питьевая	25	25						
томатная паста	1,6	1,6						
масло растительное для смазки листа	3	3						
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						
Сок в ассортименте №518 2013г.			200	0,5	0	34	138	8,11
Хлеб пшеничный №108 2013г.			50	1	0,5	22	97	3,48
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	1,1	0,6	18,9	86	3,22
ИТОГО				40,8	32,2	138,1	1007	103,46
ПОЛДНИК								
Мучное изделие пром. пр-ва в асс. №590 2013г.			36	4	6,2	27,3	300	4,19
Чай с сахаром			200	0,1	0	12,6	51	1,74
№493 чай	2	2						
2013г. сахар	12	12						
вода питьевая	200	200						
ИТОГО				4,1	6,2	39,9	351	5,93
ИТОГ ЗА 8 ДЕНЬ				70,6	57,2	248,55	1951	205,90

Повар-бригадир _____