|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 1 день** |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | яйцо вареное | 40 | яйцо | 40 | 40 |
|  |  |  |  |  |  |
|  | вермишель с маслом | 75 | вермишель | 30 | 30 |
|  |  |  | масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 75 |
|  |  |  |  |  | |
|  | икра кабачковая | 40 | икра кабачковая | 40 | 40 |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с лимоном и сахаром | 180 | сахар-песок | 15 | 15 |
|  |  |  | лимон | 10 | 10 |
|  |  |  | чай черный байховый | 0,5 | 0,5 |
|  |  |  | вода | 180 | 180 |
|  |  |  | **Выход:** |  | **180** |
|  | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |
|  | сок фруктовый | 200 | сок фруктовый | 200 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | борщ на мясном бульоне со сметаной | 180 | капуста | 30 | 21 |
|  |  |  | картофель | 40 | 21 |
|  |  |  | лук репчатый | 10 | 8 |
|  |  |  | свекла | 20 | 15 |
|  |  |  | морковь | 10 | 8 |
|  |  |  | томатная паста | 3 | 3 |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  |  |  | Масло растительное | 2 | 2 |
|  |  |  | сметана | 5 | 5 |
|  |  |  | вода | 100 |  |
|  |  |  | **Выход:** |  | **180** |
|  | гуляш из отварного мяса | 60 | говядина | 60 | 44 |
|  |  |  | Морковь | 9 | 7 |
|  |  |  | Лук репчатый | 6 | 5 |
|  |  |  | томатная паста | 2 | 2 |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  |  |  | мука пшеничная | 5 | 5 |
|  |  |  | вода |  |  |
|  |  |  | **Выход** | 60 | |
|  | каша пшенная с овощами | 120 | пшено | 30 | 30 |
|  |  |  | масло растительное | 3 | 3 |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  |  |  | лук репчатый | 1 | 1 |
|  |  |  | морковь | 16 | 16 |
|  |  |  | **Выход** | 120 | |
|  | компот из свежих фруктов | 180 | фрукт | 20 | 15 |
|  |  |  | сахар | 7 | 7 |
|  |  |  | вода | 165 |  |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  |  |  | выход |  | 180 |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  | |
|  | каша манная молочная жидкая | 150 | масло сливочное | 3 | 3 | |
|  |  |  | манка | 10 | 10 | |
|  |  |  | сахар | 5 | 5 | |
|  |  |  | молоко | 150 | 150 | |
|  |  |  | соль | 0,4 | 0,4 | |
|  |  |  | **Выход:** |  | **150** | |
|  | кондитерское изделий | 20 | кондитерское изделий | 20 | 20 | |
|  | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 | 20 | |
|  | кофейный напиток | 180 | кофейный напиток | 1,8 | 1,8 | |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 | |
|  |  |  | вода | 170 |  | |
|  |  |  | **выход** |  | 180 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | | | **масса порции** | | **Наименование сырья** | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | |
| **1 порц.** | | |
| **брутто, г** | | **нетто, г** |
| **1 неделя 2 день** |  | |  | |  | |  | |  | |
| **Завтрак** | каша пшеная молочная | | 150 | | пшено | | 10 | | 10 | |
|  |  | |  | | Масло сливочное | | 3 | | 3 | |
|  |  | |  | | молоко | | 150 | | 150 | |
|  |  | |  | | сахар | | 5 | | 5 | |
|  |  | |  | | соль | | 0,4 | | 0,4 | |
|  |  | |  | | **Выход:** | |  | | 150 | |
|  | бутерброд с сыром | | 28 | | хлеб пшеничный | | 20 | |  | |
|  |  | |  | | сыр | | 8 | | 8 | |
|  |  | |  | | выход | |  | | 28 | |
|  | кофейный напиток на молоке | | 180 | | сахар-песок | | 9 | | 9 | |
|  |  | |  | | кофейный напиток | | 1,8 | | 1,8 | |
|  |  | |  | | молоко | | 170 | | 170 | |
|  |  | |  | | **Выход:** | |  | | 180 | |
|  | Фрукт порционно | | 95 | | фрукт | | 95 | |  | |
| **Обед** | |  |  | |  | |  | |  | |
|  | | суп овощной на масле со сметаной | 180 | | зеленый горошек | | 30 | | 30 | |
|  | |  |  | | морковь | | 8 | | 6 | |
|  | |  |  | | масло растительное | | 2 | | 2 | |
|  | |  |  | | масло сливочное | | 2 | | 2 | |
|  | |  |  | | лук репчатый | | 8 | | 6 | |
|  | |  |  | | картофель | | 80 | | 60 | |
|  | |  |  | | сметана | | 10 | | 10 | |
|  | |  |  | | вода | | 100 | |  | |
|  | |  |  | | **Выход** | | 180 | | | |
|  | | тефтели мясные | 60 | | говядина | | 40 | | 30 | |
|  | |  |  | | крупа рисовая | | 10,0 | | 10,0 | |
|  | |  |  | | Лук репчатый | | 18,0 | | 15,0 | |
|  | |  |  | | яйцо | | 7,0 | | 7,0 | |
|  | |  |  | | масло растительное | | 3,0 | | 3,0 | |
|  | |  |  | | томатная паста | | 3,0 | | 3,0 | |
|  | |  |  | | Выход готового блюда | | - | | 60 | |
|  | | картофельное пюре | 110 | | Картофель | | 146 | | 77 | |
|  | |  |  | | молоко | | 30 | | 30 | |
|  | |  |  | | Масло сливочное | | 3 | | 3 | |
|  | |  |  | | **Выход:** | | - | | 110 | |
|  | | кисель | 180 | | концентрат киселя | | 22 | | 22 | |
|  | |  |  | | сахар | | 9 | | 9 | |
|  | |  |  | | Вода | | 171 | | 171 | |
|  | |  |  | | витамин с | | 0,035 | |  | |
|  | |  |  | | **Выход:** | | - | | 180 | |
|  | | огурец | 40 | | огурец | | 40 | |  | |
|  | | хлеб ржано-пшеничный | 36 | | хлеб ржано-пшеничный | | 36 | |  | |
| **Полдник** | |  |  | |  | |  | |  | |
|  | | творожный пирог | 90 | | творог | | 70 | | 70 | |
|  | |  |  | | яйцо | | 0,15 | | 0,15 | |
|  | |  |  | | масло сливочное | | 7 | | 7 | |
|  | |  |  | | сахар | | 9 | | 9 | |
|  | |  |  | | мука | | 20 | | 20 | |
|  | |  |  | | **Выход** | | 90 | | | |
|  | |  |  | |  | |  | |  | |
|  | | молоко сгущенное |  | | молоко сгущенное | | 20 | | 20 | |
|  | | салат морковный с яблоками | 70 | | яблоки | | 25 | | 15 | |
|  | |  |  | | сахар | | 2,0 | | 2,0 | |
|  | |  |  | | масло растительное | | 3,0 | | 3,0 | |
|  | |  |  | | морковь | | 60,0 | | 50,0 | |
|  | |  |  | | **Выход готового блюда** | | - | | 70 | |
|  | | чай с сахаром | 180 | | чай | | 0,5 | | 0,5 | |
|  | |  |  | | сахар | | 9 | | 9 | |
|  | |  |  | | Вода | | 180 | | 180 | |
|  | |  |  | | **Выход:** | | - | | 180 | |
|  | | кондитерское изделие | 40 | | кондитерское изделие | | 40 | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | | **масса порции** | | **Наименование сырья** | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | |
| **1 порц.** | | |
| **брутто, г** | | **нетто, г** |
| **1 неделя 3 день** |  |  | |  | |  | |  | |
| **Завтрак** | Омлет натуральный | 60 | | [Яйцо](https://pbprog.ru/tk/pi-1651) | | 40 | | 40 | |
|  |  |  | | [Молоко](https://pbprog.ru/tk/pi-1183) | | 20 | | 20 | |
|  |  |  | | [Масло растительное](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | | 1 | | 1 | |
|  |  |  | | [соль](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | | 0,3 | | 0,3 | |
|  |  |  | | **Выход готового блюда** | | 60 | |  | |
|  | хлеб пшеничный | 20 | | хлеб пшеничный | | 20 | |  | |
|  | икра кабачковая | 40 | | икра кабачкова | | 40 | | 40 | |
|  |  |  | | **Выход готового блюда** | |  | | **40** | |
|  | Фрукт порционно | 95 | | фрукт | | 95 | |  | |
|  | кефир | 180 | | кефир | | 180 | | 180 | |
| **Обед** |  |  | |  | |  | |  | |
|  | суп гороховый с гренками | 180 | | картофель | | 60,0 | | 40,0 | |
|  |  |  | | горох | | 15,0 | | 15,0 | |
|  |  |  | | лук репчатый | | 8,0 | | 6,0 | |
|  |  |  | | морковь | | 8,0 | | 6,0 | |
|  |  |  | | масло растительное | | 2 | | 2,0 | |
|  |  |  | | масло сливочное | | 2,0 | | 2,0 | |
|  |  |  | | хлеб пшеничный | | 15,00 | | 15,00 | |
|  |  |  | | курица | | 20,00 | | 10,00 | |
|  |  |  | | вода | | 100,00 | | 100,00 | |
|  |  |  | | **Выход готового блюда** | | - | | 180 | |
|  | суфле куриное | 60 | | цыпленок-бройлер | | 100 | | 61 | |
|  |  |  | | масло растительное | | 1 | | 1 | |
|  |  |  | | масло сливочное | | 1 | | 1 | |
|  |  |  | | молоко | | 15 | | 15 | |
|  |  |  | | [яйцо](https://pbprog.ru/tk/pi-1183) | | 8,7 | | 8,7 | |
|  |  |  | | мука пшеничная | | 4 | | 4 | |
|  |  |  | | Лук репчатый | | 10 | | 8 | |
|  |  |  | | соль | | 0,2 | | 0,2 | |
|  |  |  | | выход | |  | | 60 | |
|  |  |  | | или Морковь красная быстрозамороженная | | 12,8 | | 12,8 | |
|  | вермишель с маслом | 110 | | вермишель | | 45 | | 45 | |
|  |  |  | | масло сливочное | | 3 | | 3 | |
|  |  |  | | **выход** | |  | | **110** | |
|  | салат витаминный | 40 | | капуста | | 55 | | 35 | |
|  |  |  | | масло растительное | | 2 | | 2 | |
|  |  |  | | лук репчатый | | 5 | | 4 | |
|  |  |  | | выход | |  | | 40 | |
|  | компот из сухофруктов | 180 | | сухофрукты | | 20 | | 20 | |
|  |  |  | | Сахарный песок | | 9 | | 9 | |
|  |  |  | | Вода | | 170 | | 170 | |
|  |  |  | | **Выход:** | | - | | **180** | |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | | хлеб ржано-пшеничный | | 36 | |  | |
| **Полдник** |  |  | |  | |  | |  | |
|  | Котлета Рыбная | 60 | | рыба свежемороженая | | 95,0 | | 90,0 | |
|  |  |  | | масло растительное | | 2,0 | | 2,0 | |
|  |  |  | | лук репчатый | | 10,0 | | 8,0 | |
|  |  |  | | молоко | | 10,0 | | 10,0 | |
|  |  |  | | хлеб пшеничный | | 8 | | 8 | |
|  |  |  | | яйцо | | 4 | | 4 | |
|  |  |  | | соль | | 0,4 | | 0,4 | |
|  |  |  | | **Выход готового блюда** | | - | | **60** | |
|  | картофель отварной | 120 | | картофель | | 150 | | 120 | |
|  |  |  | | масло сливочное | | 5 | | 5 | |
|  |  |  | | выход | |  | | 120 | |
|  | чай на молоке | 180 | | чай | | 0,5 | | 0,5 | |
|  |  |  | | Сахарный песок | | 8 | | 8 | |
|  |  |  | | молоко | | 180 | | 180 | |
|  |  |  | | **Выход:** | | - | | **180** | |
|  | хлеб пшеничный | 20 | | хлеб пшеничный | | 20 | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | |
| **1 порц.** | | |
| **брутто, г** | | **нетто, г** |
| **1 неделя 4 день** |  |  |  |  |  | |
| **Завтрак** | каша сборная молочная | 150 |  |  |  | |
|  |  |  | гречка | 6 | 6 | |
|  |  |  | пшено | 6 | 6 | |
|  |  |  | рис | 6 | 6 | |
|  |  |  | Сахарный песок | 6 | 6 | |
|  |  |  | молоко | 120 | 120 | |
|  |  |  | масло сливочное | 1 | 1 | |
|  |  |  | **Выход** | **150** | | |
|  | бутерброд с маслом | 28 | масло сливочное | 8 | 8 | |
|  |  |  | хлеб пшеничный | 20 | 20 | |
|  |  |  | **выход** |  | **28** | |
|  | чай с сахаром | 180 | сахар-песок | 9 | 9 | |
|  |  |  | чай черный байховый | 0,5 | 0,5 | |
|  |  |  | вода | 180 | 180 | |
|  |  |  | **Выход:** |  | **180** | |
|  | Фрукт порционно | 95 | фрукт | 95 | 95 | |
| **Обед** |  |  |  |  |  | |
|  | свекольник на м/б со сметаной | 180 | свекла | 20 | 15 | |
|  |  |  | картофель | 50 | 21 | |
|  |  |  | Лук репчатый | 10 | 8 | |
|  |  |  | Морковь | 10 | 8 | |
|  |  |  | Масло растительное | 2 | 2 | |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 | |
|  |  |  | томатная паста | 3 | 3 | |
|  |  |  | сметана | 5 | 5 | |
|  |  |  | бульон | 100 | 100 | |
|  |  |  | **Выход:** | - | **180** | |
|  | плов из птицы | 170 | курица | 100 | 70 | |
|  |  |  | лук репчатый | 10 | 8 | |
|  |  |  | морковь | 10 | 8 | |
|  |  |  | рис | 45 | 45 | |
|  |  |  | масло растительное | 3 | 3 | |
|  |  |  | масло сливочное | 5 | 5 | |
|  |  |  | **Выход:** | - | **170** | |
|  | компот из свежих фруктов | 180 | фрукт | 20,0 | 15,0 | |
|  |  |  | сахар | 10,0 | 10,0 | |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  | |
|  |  |  | вода | 165,0 |  | |
|  |  |  | выход |  | 180,0 | |
|  | огурец | 40 | огурец | 40 |  | |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  | |
| **Полдник** |  |  |  |  |  | |
|  | вермишель отварная с масло, сахаром | 140 | вермишель | 40 | 40 | |
|  |  |  | масло сливочное | 5 | 5 | |
|  |  |  | сахар | 7 | 7 | |
|  |  |  | **Выход:** | - | **140** | |
|  | булочка домашняя | 80 | изюм | 5 | 4 | |
|  |  |  | мука | 50 | 50 | |
|  |  |  | молоко | 30 | 30 | |
|  |  |  | яйцо | 10 | 8 | |
|  |  |  | дрожжи сухие | 2 | 2 | |
|  |  |  | сахар | 10 | 10 | |
|  |  |  | масло растительное | 1 | 1 | |
|  |  |  | масло сливочное | 3 | 3 | |
|  |  |  | **Выход:** | - | **80** | |
|  | молоко кипяченое | 180 | молоко | 180,0 | 180,0 | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 5 день** |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | творожная запеканка | 90 | [творог](https://pbprog.ru/tk/pi-206) | 70 | 70 |
|  |  |  | [яйцо](https://pbprog.ru/tk/pi-1183) | 8 | 8 |
|  |  |  | [Сахарный песок](https://pbprog.ru/tk/pi-1653) | 8 | 8 |
|  |  |  | [Масло сливочное](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | 5 | 5 |
|  |  |  | ванилин | 0,0001 | 0,0001 |
|  |  |  | сода | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  | [крупа манная](https://pbprog.ru/tk/pi-1184) | 8 | 8 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 90 |
|  | сметанный соус | 20 | сметана | 10 | 10 |
|  |  |  | мука пшеничная | 2,68 | 2,68 |
|  |  |  | сахар | 1 | 1 |
|  |  |  | вода | 10 | 10 |
|  |  |  | соль |  |  |
|  |  |  | **выход** |  | **20** |
|  | кондитерское изделий | 20 | кондитерское изделие | 20 | 20 |
|  | какао на молоке | 180 | сахар-песок | 7 | 7 |
|  |  |  | какао | 2 | 2 |
|  |  |  | молоко | 180 | 180 |
|  |  |  | **Выход:** |  | **180** |
|  |  |  |  |  |  |
|  | сок фруктовый | 200 | сок фруктовый | 200 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | салат из свеклы | 40 | свекла | 43 | 33 |
|  |  |  | лук репчатый | 7 | 5 |
|  |  |  | Масло растительное | 2 | 2 |
|  |  |  | **Выход:** |  | **40** |
|  | СУП РЫБНЫЙ ИЗ КОСЕРВЫ | 200 | консервы рыбные | 20 | 20 |
|  |  |  | Картофель | 60 | 40 |
|  |  |  | Лук репчатый | 10 | 8 |
|  |  |  | Морковь | 10 | 8 |
|  |  |  | масло сливочное | 5 | 5 |
|  |  |  | вода | 175 | 175 |
|  |  |  | **Выход:** | **-** | **200** |
|  | картофельное пюре | 110 | Картофель | 146 | 77 |
|  |  |  | молоко | 30 | 30 |
|  |  |  | Масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | **Выход:** | **-** | **110** |
|  | биточки мясные | 60 | говядина | 75,0 | 52,0 |
|  |  |  | Хлеб пшеничный | 7,5 | 7,5 |
|  |  |  | лук репчатый | 7,5 | 6,0 |
|  |  |  | Масло растительное | 2 | 2,0 |
|  |  |  | **Выход готового блюда** | **-** | **60** |
|  | кисель | 180 | концентрат киселя | 22 | 22 |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  |  |  | Вода | 171 | 171 |
|  |  |  | **Выход:** | **-** | **180** |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
|  | суп молочный с крупой | 180 | молоко | 150 | 150 |
|  |  |  | вода | 23 | 23 |
|  |  |  | гречка | 12 | 12 |
|  |  |  | сахар | 1,5 | 1,5 |
|  |  |  | масло сливочное | 0,75 | 0,75 |
|  |  |  | **Выход:** | **-** | **180** |
|  | кофейный напиток на молоке | 180 | сахар-песок | 9 | 9 |
|  |  |  | кофейный напиток | 1,8 | 1,8 |
|  |  |  | молоко | 170 | 170 |
|  |  |  | **Выход:** |  | **180** |
|  | бутерброд с сыром | 28 | хлеб пшеничный | 20 |  |
|  |  |  | сыр | 8 | 8 |
|  |  |  | **выход** |  | **28** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 6 день** | |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | | суп картофельный с клецками | 150 | [картофель](https://pbprog.ru/tk/pi-1206) | 67 | 52 |
|  | |  |  | [лук репчатый](https://pbprog.ru/tk/pi-39) | 8 | 6 |
|  | |  |  | [морковь](https://pbprog.ru/tk/pi-1183) | 8 | 6 |
|  | |  |  | [Масло сливочное](https://pbprog.ru/tk/pi-1653) | 2 | 2 |
|  | |  |  | масло растительное | 2 | *2* |
|  | |  |  | [вода или бульон](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | 100 | 100 |
|  | |  |  | мука пшеничная | 16 | 16 |
|  | |  |  | яйцо | 4 | 4 |
|  | |  |  | вода или молоко | 10 | 10 |
|  | |  |  | соль | 0,47 | 0,47 |
|  | |  |  | выход теста |  | 30 |
|  | |  |  | **Выход:** |  | 150 |
|  | | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |
|  | | кондитерское изделий | 20 | кондитерское изделие | 20 | 20 |
|  | | кофейный напиток | 180 | сахар-песок | 9 | 9 |
|  | |  |  | кофейный напиток | 1,8 | 1,8 |
|  | |  |  | вода | 170 | 170 |
|  | |  |  | **Выход:** |  | 180 |
|  | | Фрукт порционно | 95 | фрукт | 95 | 95 |
| **Обед** | |  |  |  |  |  |
|  | | суп гороховый с гренками | 180 | картофель | 60 | 40 |
|  | |  |  | горох | 15 | 15 |
|  | |  |  | лук репчатый | 8 | 6 |
|  | |  |  | морковь | 8 | 6 |
|  | |  |  | масло растительное | 2 | 2 |
|  | |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  | |  |  | хлеб пшеничный | 15 | 15 |
|  | |  |  | курица | 20 | 10 |
|  | |  |  | вода | 100 | 100 |
|  | |  |  | **Выход готового блюда** | **-** | **180** |
|  | | жаркое по домашнему | 180 | мясо говядина | 58 | 55 |
|  | |  |  | лук репчатый | 10 | 8 |
|  | |  |  | соль | 1 | 1 |
|  | |  |  | морковь | 16 | 14 |
|  | |  |  | масло растительное | 4 | 4 |
|  | |  |  | картофель | 130 | 98 |
|  | |  |  | **Выход:** | **-** | **180** |
|  | | компот из сухофруктов | 180 | сухофрукты | 20 | 20 |
|  | |  |  | Сахарный песок | 9 | 9 |
|  | |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  | |  |  | Вода | 170 | 170 |
|  | |  |  | **Выход:** | **-** | **180** |
|  | | тушеные овощи | 40 | свекла | 30 | 23 |
|  | |  |  | томатная паста | 2 | 2 |
|  | |  |  | лук | 7 | 6 |
|  | |  |  | масло растительное | 2 | 2 |
|  | |  |  | морковь | 10 | 9 |
|  | |  |  | **выход** |  | **40** |
|  | | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** | |  |  |  |  |  |
|  | | каша рисовая молочная жидкая | 150 | крупа рисовая | 10 | 10 |
|  | |  |  | сахар | 5 | 5 |
|  | |  |  | молоко | 150 | 150 |
|  | |  |  | масло сливочное | 3 | 3 |
|  | |  |  | соль | 0,4 | 0,4 |
|  | |  |  | **Выход** | **150** | |
|  | | чай с сахаром | 180 | чай | 0,5 | 0,5 |
|  | |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  | |  |  | Вода | 180 | 180 |
|  | |  |  | **Выход:** | - | **180** |
|  | | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 7 день** |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | каша манная молочная жидкая | 150 | [крупа манная](https://pbprog.ru/tk/pi-266) | 10 | 10 |
|  |  |  | [Молоко](https://pbprog.ru/tk/pi-1183) | 150 | 150 |
|  |  |  | [Сахарный песок](https://pbprog.ru/tk/pi-1653) | 5 | 5 |
|  |  |  | [Масло сливочное](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | 3 | 3 |
|  |  |  | соль йодированная | 0,4 | 0,4 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 150 |
|  | Чай с лимоном и сахаром | 180 | сахар-песок | 15 | 15 |
|  |  |  | лимон | 10 | 10 |
|  |  |  | чай черный байховый | 0,5 | 0,5 |
|  |  |  | вода | 180 | 180 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 180 |
|  | бутерброд с сыром | 28 | хлеб пшеничный | 20 |  |
|  |  |  | сыр | 8 | 8 |
|  |  |  | **выход** |  | 38 |
|  | сок фруктовый | 200 | сок фруктовый | 200 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | суп гречневый на м/б | 180 | КАРТОФЕЛЬ | 70 | 50 |
|  |  |  | гречка | 8 | 8 |
|  |  |  | МОРКОВЬ | 8 | 6 |
|  |  |  | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8 | 6 |
|  |  |  | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ | 2 | 2 |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  |  |  | вода или бульон | 100 | 100 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 180 |
|  | биточки рыбные | 60 | рыба свежеморож | 62 | 47 |
|  |  |  | масло растительное | 1 | 1 |
|  |  |  | лук репчатый | 8 | 6 |
|  |  |  | хлеб пшеничный | 8 | 8 |
|  |  |  | яйцо | 4 | 3 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 60 |
|  | капуста тушеная | 140 | капуста | 180,0 | 147,0 |
|  |  |  | Лук репчатый | 10,0 | 8,0 |
|  |  |  | Масло растительное | 5,0 | 5,0 |
|  |  |  | морковь | 10,0 | 8,0 |
|  |  |  | томатная паста | 3,00 | 3,00 |
|  |  |  | **Выход готового блюда** | - | 140 |
|  | компот из свежих фруктов | 180 | фрукт | 20 | 15 |
|  |  |  | сахар | 10 | 10 |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  |  |  | вода | 165 |  |
|  |  |  | **выход** |  | 180 |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
|  | сырники с маслом и сахаром | 90 | творог | 70 | 70 |
|  |  |  | яйцо | 0,15 | 0,15 |
|  |  |  | масло сливочное | 7 | 7 |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  |  |  | мука | 20 | 20 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 90 |
|  | салат морковный с яблоками | 70 | яблоки | 25 | 15 |
|  |  |  | сахар | 2 | 2 |
|  |  |  | масло растительное | 3 | 3 |
|  |  |  | морковь | 60 | 50 |
|  |  |  | **Выход готового блюда** | - | 70 |
|  | какао на молоке | 180 | какао | 2,0 | 2,0 |
|  |  |  | сахар | 7,0 | 7,0 |
|  |  |  | молоко | 180,0 | 180,0 |
|  |  |  | **Выход готового блюда** | - | 180 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 8 день** |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | вермишель отварная в молоке | 150 | [вермишель](https://pbprog.ru/tk/pi-1651) | 15 | 15 |
|  |  |  | [Молоко](https://pbprog.ru/tk/pi-1183) | 150 | 150 |
|  |  |  | [сахар](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | 5 | 5 |
|  |  |  | [Масло сливочное](https://pbprog.ru/tk/pi-1647) | 2 | 2 |
|  |  |  | **Выход готового блюда** | 150 |  |
|  | бутерброд с маслом | 38 | масло сливочное | 8 | 8 |
|  |  |  | хлеб пшеничный | 30 | 30 |
|  |  |  | **выход** |  | 38 |
|  | Чай с лимоном и сахаром | 180 | сахар-песок | 15,00 | 15,00 |
|  |  |  | лимон | 10,00 | 10,00 |
|  |  |  | чай черный байховый | 0,50 | 0,50 |
|  |  |  | вода | 180,00 | 180,00 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 180 |
|  | Фрукт порционно | 95 | фрукт | 95 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | огурец | 40 | огурец | 40 | 40 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 40 |
|  | суп лапша на к/б | 180 | Картофель | 63 | 43 |
|  |  |  | вермишель | 18 | 18 |
|  |  |  | Лук репчатый | 8 | 6 |
|  |  |  | Морковь | 8 | 6 |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  |  |  | Масло растительное | 2 | 2 |
|  |  |  | вода(бульон) | 100 | 100 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |
|  | котлеты рубленые из птицы, запеченные с соусом молочным | 60 | цыпленок-бройлер | 98 |  |
|  |  |  | хлеб пшеничный | 80 |  |
|  |  |  | молоко или вода | 11 |  |
|  |  |  | соус молочный | 20 |  |
|  |  |  | молоко | 20 | 20 |
|  |  |  | мука | 2 | 2 |
|  |  |  | масло сливочное | 3 |  |
|  |  |  | сыр | 8 | 8 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 60 |
|  | каша гречневая с маслом сливочным | 110 | гречка | 38 | 38 |
|  |  |  | масло сливочное | 5 | 5 |
|  |  |  | **выход** |  | 110 |
|  | кисель | 180 | концентрат киселя | 22 | 22 |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  |  |  | Вода | 171 | 171 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
|  | винегрет | 150 | капуста | 30 | 24 |
|  |  |  | лук репчатый | 20 | 16 |
|  |  |  | морковь | 30 | 24 |
|  |  |  | Масло растительное | 3 | 3 |
|  |  |  | картофель | 40 | 28 |
|  |  |  | свекла | 60 | 48 |
|  |  |  | огурец соленый | 20 | 16 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 150 |
|  | кондитерское изделие | 20 | кондитерское изделие | 20 | 20 |
|  | яйцо вареное | 40 | яйцо | 40 | 40 |
|  | кофейный напиток на молоке | 180 | кофейный напиток | 1,8 | 1,8 |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  |  |  | молоко | 170 | 170 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |
|  | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 9 день** |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | творожный пудинг с маслом и сахаром | 90 | творог | 70 | 70 |
|  |  |  | Масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | яйцо | 0,2 | 0,2 |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  |  |  | крупа манная | 8 | 8 |
|  |  |  | изюм | 5 | 5 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 90 |
|  | молоко сгущенное |  | молоко сгущенное | 20 | 20 |
|  | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |
|  | какао на молоке | 180 | сахар-песок | 7 | 7 |
|  |  |  | какао | 2 | 2 |
|  |  |  | молоко | 180 | 180 |
|  |  |  | **Выход:** |  | **180** |
|  | сок фруктовый | 200 | сок фруктовый | 200 |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | рассольник со сметаной | 180 | Огурцы соленые | 9 | 9 |
|  |  |  | картофель | 81 | 67 |
|  |  |  | перловка | 9 | 9 |
|  |  |  | лук репчатый | 9 | 7 |
|  |  |  | морковь | 4 | 3 |
|  |  |  | масло сливочное | 1 | 1 |
|  |  |  | Масло растительное | 1 | 1 |
|  |  |  | сметана | 9 | 9 |
|  |  |  | **Выход** | 180 | |
|  | фрикадельки рыбные с томатным соусом | 60 | рыба(минтай) | 90,5 | 58,8 |
|  |  |  | Бульон мясной № 511 | - | 140 |
|  |  |  | хлеб пшеничный | 5 | 5 |
|  |  |  | молоко | 5 | 5 |
|  |  |  | Крупа перловая | 8 | 8 |
|  |  |  | или Крупа овсяная | 8 | 8 |
|  |  |  | или Пшеничная крупа | 8 | 8 |
|  |  |  | или Крупа манная | 6 | 6 |
|  |  |  | или Рис, зерно продовольственное | 4 | 4 |
|  |  |  | яйцо | 5 | 5 |
|  |  |  | или Овсяные хлопья "Геркулес" | 4 | 4 |
|  |  |  | Лук репчатый | 10,4 | 8,7 |
|  |  |  | соус томатный |  | 45 |
|  |  |  | вода или рыбный бульон | 40,5 | 40,5 |
|  |  |  | масло сливочное | 2,4 | 2,4 |
|  |  |  | мука пшеничная | 2 | 2 |
|  |  |  | морковь | 3,3 | 2,64 |
|  |  |  | Лук репчатый | 1 | 0,9 |
|  |  |  | томатная паста | 3 | 3 |
|  |  |  | сахар | 1 | 1 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 60/45 |
|  |  |  |  |  |  |
|  | огурец | 40 | огурец | 40 | 40 |
|  | картофельное пюре | 110 | Картофель | 146 | 77 |
|  |  |  | молоко | 30 | 30 |
|  |  |  | Масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 110 |
|  | компот из сухофруктов | 180 | сухофрукты | 20 | 20 |
|  |  |  | Сахарный песок | 9 | 9 |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  |  |  | Вода | 170 | 170 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
|  | формовые ленивые голубцы со сметаной | 150 | говядина | 88 | 61 |
|  |  |  | лук репчатый | 9 | 7 |
|  |  |  | капуста | 123 | 86 |
|  |  |  | рис | 9 | 8 |
|  |  |  | масло сливочное | 2 | 2 |
|  |  |  | Масло растительное | 2 | 2 |
|  |  |  | яйцо | 8 | 7 |
|  |  |  | сметана | 17 | 17 |
|  |  |  | **Выход** | 150 | |
|  | кефир | 180 | кефир | 180 |  |
|  | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **день/прием пищи** | **наименование блюда** | **масса порции** | **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | |
| **1 порц.** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| **1 неделя 10 день** |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Омлет натуральный | 60 | Яйцо | 40 | 40 |
|  |  |  | Молоко | 20 | 20 |
|  |  |  | Масло растительное | 1 | 1 |
|  |  |  | соль | 0,3 | 0,3 |
|  |  |  | **Выход готового блюда** | 60 |  |
|  | кофейный напиток | 180 | сахар-песок | 9 | 9 |
|  |  |  | кофейный напиток | 1,8 | 1,8 |
|  |  |  | вода | 170 | 170 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 180 |
|  | хлеб пшеничный | 20 | хлеб пшеничный | 20 |  |
|  | Фрукт порционно | 95 | фрукт | 95 | 95 |
|  | икра кабачковая | 40 | икра кабачковая | 40 | 40 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | щи на м/б со сметаной | 180 | капуста | 36 | 25 |
|  |  |  | картофель | 81 | 67 |
|  |  |  | лук репчатый | 9 | 7 |
|  |  |  | морковь | 9 | 7 |
|  |  |  | томатная паста | 3 | 3 |
|  |  |  | масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | масло растительное | 2 | 2 |
|  |  |  | сметана | 9 | 9 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |
|  | вареники с отварным мясом | 100 | мясо отварное | 50 |  |
|  |  |  | мясо(говядина) | 70 | 40 |
|  |  |  | Лук репчатый | 12 | 10 |
|  |  |  | тесто для варки | 50 |  |
|  |  |  | мука | 50 | 40 |
|  |  |  | яйцо | 1,7 | 1,7 |
|  |  |  | кефир | 30 | 10 |
|  |  |  | сода | 0,2 |  |
|  |  |  | соль | 0,2 |  |
|  |  |  | **Выход:** | - | 100 |
|  | сметанный соус | 20 | сметана | 10 | 10 |
|  |  |  | мука | 2,68 | 2,68 |
|  |  |  | вода | 10 | 10 |
|  |  |  | сахар | 1 | 1 |
|  |  |  | соль |  |  |
|  |  |  | **Выход:** | - | 40 |
|  | компот из сухофруктов | 180 | сухофрукты | 20 | 20 |
|  |  |  | Сахарный песок | 9 | 9 |
|  |  |  | витамин с | 0,035 |  |
|  |  |  | Вода | 170 | 170 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |
|  | хлеб ржано-пшеничный | 36 | хлеб ржано-пшеничный | 36 |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
|  | каша пшеная молочная | 150 | пшено | 10 | 10 |
|  |  |  | Масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | молоко | 150 | 150 |
|  |  |  | сахар | 5 | 5 |
|  |  |  | соль | 0,4 | 0,4 |
|  |  |  | **Выход:** |  | 150 |
|  | сдобная булочка с изюмом | 80 | изюм | 5 | 4 |
|  |  |  | мука | 50 | 50 |
|  |  |  | молоко | 30 | 30 |
|  |  |  | яйцо | 10 | 8 |
|  |  |  | дрожжи сухие | 2 | 2 |
|  |  |  | сахар | 10 | 10 |
|  |  |  | масло растительное | 1 | 1 |
|  |  |  | масло сливочное | 3 | 3 |
|  |  |  | **выход** |  | 80 |
|  | чай с сахаром | 180 | чай | 0,5 | 0,5 |
|  |  |  | сахар | 9 | 9 |
|  |  |  | Вода | 180 | 180 |
|  |  |  | **Выход:** | - | 180 |