

*«Согласовано»*

Руководитель Управления  
Роспотребнадзора  
по Камчатскому краю

*Н.И. Жданова*



*«22»* *12* 201*6* год

М.П.

*«Утверждаю»*

Заведующая МБДОУ  
«Детский сад № 26»

*Л.М. Абдуллина*



*«05»* декабря 2016 год

## *Примерное меню*

*для организации питания воспитанников  
муниципальных дошкольных образовательных  
организаций с 12-часовым режимом функционирования*

*(возрастная группа: 3- 7 лет, цикличность 20 дней,  
сезон основной: с 1 сентября по 1 марта)*

**Петропавловск-Камчатский  
городской округ**

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 1)**

с 01.сентября по 01марта

с 01 сентября по 01 марта

1 День: 1  
Неделя: 1  
Сезон: Основной

Картофель (с 1.09. по 31.10) 25% Морковь (до 1 января) 20%  
Картофель (с 1.11. по 31.12) 30% Морковь (с 1 января) 25%  
Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3 Свекла (до 1 января) 20 %  
Картофель (с 1.03.) 40% Свекла (с 1 января) 25 %

растная категория: 3-7 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша жидкая на молоке (пшеничная)</b>	<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Крупа пшеничная		30,0	30,0	40,0	40,00
	<b>Молоко (100%)</b>		126,0	126,0	176,0	176,00
	Соль		0,5	0,5	0,7	0,70
	Сахар		4,5	4,5	6,0	6,00
	масло сл			7,0		7,0
	<b>выход</b>			<b>150,0</b>		<b>200,00</b>
	<b>Сыр полутвердый</b>	<b>10/15</b>				
	<b>Масло сливочное несоленое порц.</b>	<b>7/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	3,0
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		75,0	75,0	90,0	90,0
	Вода		90,0	90,0	#####	108,0
	<b>выход</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
	<b>Нектарин</b>	<b>100</b>	<b>145,0</b>	100,0	<b>145,0</b>	100,00
<b>Завтрак2</b>						
	<b>Сок яблочный</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>						
2	<b>Салат из морской капусты с клюквой и растительным</b>	<b>40/60</b>				
	Капуста морская мороженая		21,0	33*	32,0	50*
	Клюква (или брусника)		5,3	5,0	8,0	7,50
	Масло растительное		2,5	2,5	3,0	3,00
	<b>выход</b>			<b>40,0</b>		<b>60,00</b>
	<b>Свекольник</b>	<b>165/200</b>				
	Говядина б/к		18,3	16,1	27,5	24,20
	Масса отварного мяса		0,0	10,0	0,0	15,00
	Бульон		110,0	110,0	130,0	130,00
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		28,0	21,0	32,0	24,00
	Морковь (до 1 января) 20%		13,0	10,0	15,0	12,00
	Свекла (до 1 января) 20 %		49,0	39,0	59,0	47,00
	Лук репчатый		5,5	4,5	6,0	5,10
	Сахар		1,5	1,5	2,0	2,00
	Томатная паста		0,0	0,0	2,0	2,00
	Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,70
	<b>Сметана</b>		5,0	5,0	6,0	6,00
	<b>Выход, г</b>		0,0	<b>165,0</b>	0,0	<b>200,00</b>
#	<b>Запеканка из печени с рисом</b>	<b>125/160</b>				
	Печень говяжья		90,6	75,4	93,6	97,00
	Крупа рисовая		15,2	42,5*	19,6	54,7*
	Лук репчатый		36,0	30,5	46,4	39,20
	Масло сливочное		3,0	3,0	3,8	3,80
	Яйцо		0,16 шт.		0,2 шт.	
	Яйцо (на смазку)		0,04 шт.		0,05 шт.	
	Масло сливочное (на полив)		0,0	5,0	0,0	5,00
	<b>Выход, г</b>		0,0	<b>125,0</b>	0,0	<b>160,00</b>
#	<b>Компот из сушеных фруктов (курага)</b>	<b>150/180</b>				
	Фрукты сушеные (курага)		15,00	27,80	18,00	33,30
	Сахар		8,30	8,30	10,00	10,00
	<b>Выход, г</b>		0,00	<b>150,00</b>	0,00	<b>180,00</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>						
7	<b>Булочка ванильная</b>	<b>50/70</b>				
	Мука пшеничная в/с		33,0	33,00	46,0	46,00
	Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,0	1,00	1,4	1,40

	Сахар		5,8	5,80	8,1	8,10
	Масло сливочное		2,5	2,50	3,0	3,00
	Яйцо		0,05 шт.		0,07 шт.	
	Яйцо (для смазки)		0,025 шт.		0,04 шт.	
	Соль		0,5	0,50	0,7	0,70
	Дрожжи сухие		0,4	0,40	0,6	0,60
	Ванилин		0,0	0,03	0,0	0,04
	<b>Выход, г</b>		0,0	50,00	0,0	70,00
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	<b>160/185</b>		<b>160,0</b>		<b>185,00</b>
<b>Ужин</b>						
#	<b>Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом</b>	<b>40/60</b>				
	Огурцы свежие		48,0	38,0	72,0	57,00
	Укроп столовый свежий		5,0	4,0	7,5	6,00
	Масло растительное		3,0	3,0	4,4	4,40
	<b>Выход, г</b>		0,0	<b>40</b>	0,0	<b>60,00</b>
9	<b>Рыба, запеченная с картофелем по-русски</b>	<b>160/180</b>				
	Филе минтая или трески		63,2	60,8	71,1	68,40
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		80,0	60,0	90,0	68,00
	лук		1,1	0,8	1,2	1,00
	мука пшеничная		3,0	3,0	3,4	3,40
	Масло сливочное(для соуса)		3,0	3,0	3,4	3,40
Сыр	#ССЫЛКА!		2,6	2,4	3,0	2,70
	масло сл (для смазки)		2,5	2,5	3,0	3,00
	<b>Выход, г</b>		0,0	<b>160,0</b>	0,0	<b>180,00</b>
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				
	<b>чай с лимоном</b>	<b>180/10/7</b>				
	чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,20	0,3	0,30
	вода,мл		21,6	21,60	32,4	32,40
	Сахар		7,0	7,00	10,0	10,00
	Вода		130,0	130,00	150,0	150,00
	Лимон свежий		4,0	3,50	8,0	7,00
#	<b>Выход, г</b>		0,00	<b>150/7/3,5</b>	0,00	<b>180/10/7</b>

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 2)**

2 День:	2	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	1	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3 -7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
		с 01 сентября по 01 марта	

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов гр			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
#	<b>Вареники ленивые</b>	<b>90/135</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Творог		69,0	67,0	104	102
	Мука пшеничная		9,3	9,3	14,1	14,1
	Сахар		4,5	4,5	7	7
	Яйца		0,13 шт.		0,18 шт.	
	Соль		0,2	0,2	0,3	0,3
	масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,00
	<b>Выход, г</b>		0	<b>90</b>	0	<b>135</b>
	<b>Соус молочный сладкий</b>	<b>20/25</b>				
	Молоко		10,0	10,0	12,5	12,5
	Масло сливочное		1,1	1,1	1,4	1,4
	Мука пшеничная		1,1	1,1	1,4	1,4
	Вода		10	10,0	12,5	12,5
	Сахар		0,2	0,2	0,25	0,25
	Соль		0,16	0,16	0,2000	0,2000
	<b>Выход, г</b>		0	<b>20</b>	0	<b>25</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>				
	Какао порошок		1,7	1,7	2,0	2,0
	Сахар		8,0	8,0	10,0	10,0
	Молоко		92,0	92,0	#####	110,0
	<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
	<b>Яблоко</b>	<b>110</b>	123,0	<b>110,0</b>	123,0	<b>110,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
0-	<b>Нектар из смеси фруктов и овощей</b>	<b>100</b>	0,0		0,0	
<b>Обед</b>						

	<b>Салат зеленый с помидорами с растительным маслом</b>	<b>40/60</b>				
	Помидоры		32,0	27,0	48,0	40,0
	Салат зеленый		14,0	10,5	20,0	15,0
	Масло растительное		3,0	3,0	5,5	5,5
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
	<b>Суп гороховый с птицей (185/15)</b>	<b>165/200</b>				
	Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		40	30,0	48,0	36,0
	Морковь (до 1 января) 20%		7,5	6,0	9,1	7,2
	Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
	Горох		12,2	12,0	14,6	14,4
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Укроп свежий столовый		6,0	4,5	7,5	5,5
	<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
#	<b>Филе рыбное запеченное (лосось)</b>	<b>60/80</b>				
	<b>Кета потр.с/г</b>		60,0	57,0	80,0	76,0
	<i>Соус белый (для запекания рыбы):</i>		0	25,0	0	33,0
	лук		0,5	0,4	0,7	0,5
	мука пшеничная		1,3	1,3	1,7	1,7
	масло сливочное		1,3	1,3	1,7	1,7
	Масло сливочное		2,0	2,0	3,0	3,0
	Сухари		5,0	5,0	7,0	7,0
	Яйцо		0,13 шт.		0,18 шт.	
	<b>Выход, г</b>			<b>60</b>	<b>0</b>	<b>80</b>
#	<b>Рагу овощное</b>	<b>100/120</b>				
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		28,0	20,0	33,7	24,0
	Морковь (с 1 января) 25%		24,5	12,4	29,0	15,0
	Кабачки		20,0	13,4	22,0	14,7
	Капуста цветная замороженная		12,0	11,7	14,5	14,0
	Горошек зеленый консервированный		12,3	8,0	14,7	9,6
	Лук репчатый		23,8	10,0	28,6	12,0
	Соус №354:		-	30,0	-	36,0
	сметана		5,0	5,0	6,0	6,0
	мука пшеничная		2,3	2,3	2,7	2,7
	Соль		0,24	0,24	0,29	0,29
	Масло сливочное		2,0	2,0	2,4	2,4
	Петрушка свежая листовая		3,0	2,4	3,6	3,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
#	<b>Компот из ягод (жимолость)</b>	<b>150/180</b>				
	Жимолость		22,5	22,5	27,0	27,0
	Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
	<b>Выход, г</b>		-	<b>#####</b>	-	<b>180,0</b>
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	<b>20/30</b>				
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>20/25</b>				
	<b>Полдник</b>					
0	<b>Булочка "Дорожная"</b>	<b>60/70</b>				
	Мука пшеничная в/с		37,0	37,0	43,0	43,0
	Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,0	1,0	1,2	1,2
	Сахар-песок		7,2	7,2	8,4	8,4
	Масло сливочное		9,0	9,0	10,5	10,5
	Масло сливочное (для смазки)		1,2	1,2	1,4	1,4
	Соль		0,4	0,4	0,5	0,5
	Дрожжи сухие		0,4	0,4	0,5	0,5
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
#	<b>Снежок</b>	<b>150/180</b>	162,0	<b>150,0</b>	195,0	<b>180,0</b>
	<b>Ужин</b>					
	<b>Икра из кабачков</b>	<b>30</b>	31,0	<b>30,0</b>	31,0	<b>30,0</b>
#	<b>Жаркое по-домашнему (говядина)</b>	<b>170/180</b>				
	Говядина б/к		97,0	87,0	105,0	95,0
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		154,0	116,0	164,0	123,0
	Лук репчатый		12,0	10,0	12,7	10,6
	Масло сливочное		3,4	3,4	3,6	3,6
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>170</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>20/25</b>				
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	<b>20/20</b>				
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>180/10</b>				
	чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
	Сахар		7	7	10	10
#	<b>Выход, г</b>			<b>150/7</b>		<b>180/10</b>

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 3)**

3 День:	3	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	1	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %

с 01 сентября по 01 марта

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
#	<b>Омлет натуральный с сыром запеченный</b>	<b>70/100</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Яйца		1,2 шт.	48,0	1,7 шт.	69
	<b>Молоко</b>		19,0	19,0	27	27
	Соль		0,3	0,3	0,5	0,5
	сыр		9,8	8,7*	14,3	12,7*
	масло сливочное(смазка)		2,0	2,0	2,8	2,8
	Масло сливочное( полив)		2,0	2,0	3,0	3,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>70</b>	<b>0</b>	<b>100</b>
	<b>Дополнительный гарнир: горошек зеленый</b>	<b>20/25</b>	30,8	<b>20,0</b>	38,5	<b>25,00</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
#	<b>Чай с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>				
	чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		92	90	92	90
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
	<b>Апельсин</b>	<b>120</b>	179,0	<b>120,0</b>	179,0	<b>120,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
0-	<b>Сок овощной</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>						
#	<b>Салат зеленый с огурцом и растительным маслом</b>	<b>40/60</b>				
	Салат зеленый		23,0	16,5	36,0	25,0
	Огурец свежий		28,0	22,0	42,0	32,0
	Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
#	<b>Борщ с мясом</b>	<b>165/200</b>				
	Говядина б/к		18,3	16,1	27,5	24,2
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		40	30,0	48,0	36,0
	Морковь (до 1 января) 20%		13,0	10	15,0	12,0
	Свекла (до 1 января) 20%		30,0	24,0	34,5	29,0
	Капуста свежая		20,0	16,0	24,0	19,0
	Лук репчатый		5,7	4,8	6,8	5,8
	Томатное пюре		0,0	0,0	2,2	2,2
	Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Зелень сухая		0,5	0,5	0,6	0,6
	<b>Выход, г</b>		<b>165</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
#	<b>Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем</b>	<b>150/170</b>				
	Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		77,0	57,0	88,0	65,0
	Соус №354:		-	25,0	0	28,0
	<b>сметана</b>		6	6	7	7
	мука пшеничная		2	2	2,2	2,2
	Масса белого соуса		0	19,0	0	22,0
	соль		0,16	0,16	0,18	0,18
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		85,0	64,0	97,0	73,0
	Морковь (до 1 января) 20%		34	27,0	38,0	30,0
	Лук репчатый		18,3	15	20,1	17,0
	Горошек зеленый консервированный		6,6	4,2	7,5	4,7
	Масло растительное		2,6	2,6	3,0	3,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>170</b>
#	<b>Компот из плодов свежих (яблоки)</b>	<b>150/180</b>				
	Яблоки		34,0	30,0	40,8	36,0
	Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
	<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>						
	<b>Ватрушка с джемом</b>	<b>60/70</b>				
	Мука пшеничная в/с		30,0	30,0	35,0	35,0
	Сахар		1,6	1,6	1,8	1,8
	Масло сливочное		1,4	1,4	1,6	1,6
	Яйцо		0,04 шт.		0,05 шт.	

	Соль		0,5	0,5	0,6	0,6
	Дрожжи сухие		0,33	0,33	0,4	0,4
	Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3
	Яйцо (для смазки)		0,03 шт.		0,04 шт.	
	Повидло или джем		24,2	24,0	28,2	28,0
	Масло растительное (для смазывания листов)		0,3	0,3	0,40	0,40
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
	<b>Молоко витаминизированное</b>	<b>160/185</b>	160,0	<b>160,0</b>	185,0	<b>185,00</b>
<b>Ужин</b>						
	<b>Винегрет овощной</b>	<b>40/60</b>				
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		13,7	10*	20,5	15*
	Морковь (до 1 января) 20%		7,8	6*	11,7	9*
	Свекла (до 1 января) 20%		10,2	8*	15,3	12*
	Огурцы консервированные		10,0	8	15,0	12
	Лук репчатый		7,2	6**	10,8	9**
	Масло растительное		2,8	2,8	3,5	3,5
	<b>Выход, г</b>		<b>40</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
	<b>Шницель рыбный натуральный (треска)</b>	<b>55/70</b>				
	Филе трески		45,0	42,5	58,5	55,3
	Лук репчатый		10,0	8,3	13,0	10,8
	Зелень петрушки свежей листовой		2,5	1,7	3,3	2,2
	<b>Молоко</b>		4,2	4,2	5,5	5,5
	Яйца		0,05 шт.		0,06 шт.	
	Сухари		5,8	5,8	7,5	7,5
	Масло растительное		2,0	2,0	2,7	2,7
	Масса готового шницеля		-	50,0	-	65,0
	Масло сливочное (на полив)		0	5,0	0	5,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>55</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
	<b>Соус молочный</b>	<b>20/25</b>				
	<b>Молоко</b>		10,0	10,0	12,5	12,5
	Масло сливочное		1,1	1,1	1,4	1,4
	Мука пшеничная		1,1	1,1	1,4	1,4
	Сахар		0,2	0,2	0,25	0,25
	Соль		0,16	0,16	0,2000	0,2000
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
	<b>Пюре картофельное</b>	<b>100/110</b>				
	Картофель (с 1.03.) 40%		143,0	86,0	#####	94,0
	<b>Молоко</b>		16,0	16,0	18,0	18,0
	Масло сливочное		3	3,0	3,3	3,3
	<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20</b>				
	<b>Кисель из ягод (вишня) ясли</b>	<b>150</b>				
	Вишня б/к		18,9	18,0		
	Сахар		15,0	15,0		
	Крахмал		7,0	7,0		
	<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>		
	<b>Чай с лимоном сад</b>	<b>180/10/7</b>				
	чай в/с или 1 с сухой черный				0,3	0,3
	Сахар				10,0	10,00
	Лимон свежий				8	7
	<b>Выход, г</b>				<b>-</b>	<b>180/10/7</b>

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 4)**

4 День:	4	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	1	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
		с 01 сентября по 01 марта	

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли	сад		
<b>Завтрак</b>						
#	<b>Запеканка из творога</b>	<b>100</b>				
	<b>Творог</b>		71,0	70,0	94	93
	Крупа манная		4,5	4,5	6	6
	Сахар		6,0	6,0	8	8
	Яйцо		1/13 шт.	3,0	1/10 шт.	4
	Масло сливочное		2,5	2,5	3,3	3,3
	Сухари		3,0	3,0	4	4
	Сметана		3,0	3,0	4	4
	<b>Выход, г</b>		<b>75</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>100</b>

<b>Соус смородиновый</b>	<b>20/25</b>				
Смородина черная		7,0	6,8	8,7	8,5
Сахар		13,0	13,0	16,3	16,3
<b>Выход, г</b>			<b>20</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>				
Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	3,0
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Молоко		75,0	75,0	90,0	90,0
<b>Выход, г</b>		-	<b>#####</b>	-	<b>180,0</b>
<b>Банан</b>	<b>80</b>	<b>133,0</b>	<b>80,0</b>	<b>133,0</b>	<b>80,0</b>
<b>Завтрак2</b>					
<b>)- (Нектар тыквенный с мякотью</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>					
<b>Салат из белокачанной капусты с морковью</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Капуста белокачанная		45,0	36,0	68,0	54,0
Лук зеленый		5,0	4,0	7,5	6,0
Морковь (до 1 января) 20%		3,8	3,0	5,7	4,5
Лимон (для получения сока)		0,6	0,6	1,0	1,0
Сахар		2,0	2,0	3,0	3,0
Масло растительное		2,0	2,0	3,0	3,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
<b>Суп рыбный (с пшеном)</b>	<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Консервы рыбные в собственном соку (лосось)		24	24	32	32
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		56,0	42	74,7	56
Морковь (до 1 января) 20%		13,0	10,0	17,3	13,3
Пшено		3,0	3,0	4,0	4,0
Лук репчатый		5,7	4,8	7,6	6,4
Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
Укроп столовый свежий		6,0	4,5	7,5	5,5
<b>Выход, г</b>			<b>150</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
<b>Бефстроганов из отварного мяса</b>	<b>100/110</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к		90,0	80,0	97,0	87
Масса отварного мяса		-	55,0	0	60,0
Соус сметанный №354:		-	45,0	-	50,0
Мука пшеничная		3,4	3,4	4,0	4,0
Соль		0,4	0,4	0,44	0,44
<b>Сметана</b>		10,0	10,0	11	11,0
<b>Выход, г</b>			<b>100</b>		<b>110</b>
<b>Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)</b>	<b>105/115</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Крупа гречневая		48,0	47,6	53,0	52,4
Соль		0,25	0,25	0,3	0,3
Масло сливочное		3,0	3,0	3,5	3,5
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>105</b>	<b>0</b>	<b>115</b>
<b>Напиток лимонный</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Лимон		12,0	12,0	14,4	14,4
Сахар		18,0	18,0	21,6	21,6
Вода		161,0	161,0	<b>#####</b>	193,0
Витамин С, мг					
<b>Выход, г</b>		-	<b>#####</b>	-	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Печенье</b>	<b>45</b>				
<b>Биокефир</b>	<b>180/150</b>	160,0	<b>150,0</b>	185,0	<b>180,00</b>
<b>Ужин</b>					
<b>Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Огурцы свежие		48,0	38,0	72,0	57,0
Укроп столовый свежий		5,0	4,0	7,5	6
Масло растительное		3,0	3,0	4,4	4,4
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
<b>Плов с птицей (цыпляты)</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		93,0	69,0	124,0	92,0
Масса готового филе отварной птицы		-	30,0	0	40,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,6	3,6
Морковь (до 1 января) 20%		14,7	12	17,6	14,4
Лук репчатый		8,4	6,7	10,0	8,0
Крупа рисовая		35	35,0	41,0	41,0

Масса готового риса с овощами		0	120,0	0	140,0
<b>Выход, г</b>			<b>150</b>		<b>180</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				
<b>Чай зеленый с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Чай сухой зеленый в/с, 1с		3,0	3,0	3,6	3,6
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		70,0	70,0	80,0	80,0
<b>Молоко</b>		80	75*	100	95*
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
<b>Зефир</b>	<b>20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 5)**

5 День:	5	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	1	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
		с 01 сентября по 01 марта	

№ р е ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли	сад		
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>	<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Хлопья овсяные "Геркулес"		23,0	23,0	30	30
	<b>Молоко (100%)</b>		132,0	132,0	176	176
	Соль		0,5	0,5	0,7	0,7
	Сахар		4,5	4,5	6,0	6,0
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
	<b>Сыр полутвердый</b>	<b>15</b>				
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>7/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта.</b>	<b>20/35</b>				
	<b>Какао с молоком</b>	<b>180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Какао порошок		1,7	1,7	2,0	2,0
	Сахар		8,0	8,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		92,0	92,0	#####	110,0
	Вода		65,0	65,0	80,0	80,0
	Выход, г		-	#####	-	<b>180,0</b>
	<b>Киви</b>	<b>50</b>	<b>65,00</b>	<b>50,000</b>	<b>65,00</b>	<b>50,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
	<b>Нектар из смеси фруктов и овощей</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>						
	<b>Салат из свеклы и горошка зеленого</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Свекла (до 1 января) 20%		27,0	20,0*	40,0	30,0*
	Горошек зеленый консервированный		15,4	10,0	23,1	15,0
	Яблоки свежие		8,2	7,2	12,3	10,8
	Лук репчатый		2,4	2,0	3,6	3,0
	Масло растительное		3,5	3,5	4,5	4,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
	<b>Рассольник ленинградский с птицей (185/15)</b>	<b>165/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
	<i>Масса отварного филе птицы без кожи (стр. 437(к))</i>		0	10	0	15
	Бульон		112	112	135	135
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		60,0	45,0	72,0	54,0
	Морковь (до 1 января) 20%		7,5	6,0	9,1	7,2
	Крупа перловая		3,0	3,0	3,6	3,3
	Лук репчатый		3,6	3,0	4,4	3,3
	Огурцы консервированные		10,0	9,0	12,1	10,0
	Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
	<b>Говядина, тушенная с черносливом</b>	<b>70/90</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Говядина б/к		65,0	58,0	83,0	75,0
	Масло сливочное		2,5	2,5	3,0	3,0
	Лук репчатый		8,4	7,0	10,8	9,0
	Чернослив б/к		10,5	10,5	13,5	13,5
	<i>Масса тушеного мяса</i>		0	35,0	-	45,0
	<i>Масса соуса с луком и чернослива</i>		0	35,0	0	45,0
	<b>Выход, г</b>			<b>70</b>		<b>90</b>



<b>Пюре картофельное</b>	<b>90/110</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		90,0	68,0	#####	83,0
<b>Молоко</b>		27,0	27,0	33,0	33,0
Масло сливочное		1,8	1,8	2,2	2,2
Мука пшеничная		0,9	0,9	1,1	1,1
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Компот из сушеных фруктов (изюм)</b>	<b>150/180</b>				
Фрукты сушеные (изюм)		15,0	24,0	18,0	28,8
Сахар		8,3	8,3	10,0	10,0
Вода		152,0	152,0	#####	183,0
<b>Выход, г</b>			<b>150,00</b>		<b>180,00</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Пирожок печеный с яблоком</b>	<b>60/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Мука пшеничная в/с		30,0	30,0	35,0	35,0
Сахар		1,6	1,6	1,8	1,8
Масло сливочное		1,4	1,4	1,6	1,6
Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,05 шт.	1,9
Соль		0,5	0,5	0,6	0,6
Дрожжи сухие		0,33	0,33	0,4	0,4
Вода		12,1	12,1	14,0	14,0
<b>Масса полуфабриката :</b>		<b>0</b>	<b>47,0</b>	<b>0</b>	<b>54,0</b>
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,2	0,04 шт.	1,4
<b>Фарш яблочный:</b>		<b>0</b>	<b>20,0</b>	<b>0</b>	<b>23,3</b>
яблоки		23,7	16,6	27,6	19,4
сахар		4,0	4,0	4,7	4,7
<b>Масло растительное (для смазывания листов)</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Ряженка</b>	<b>150/180</b>	160,0	<b>150,0</b>	185,0	<b>180,00</b>
<b>Ужин</b>					
<b>Салат зеленый с огурцом и растительным маслом</b>	<b>40/60</b>				
Салат зеленый		23,0	16,5	36,0	25,0
Огурец свежий		28,0	22,0	42,0	32,0
Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
<b>Филе минтая запеченное</b>	<b>50/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Филе минтая		48,0	45,6	67,2	63,8
Соус белый (для запекания рыбы):		0	21,0	0	29,5
вода		23,5	23,5	33,0	33,0
лук		0,4	0,3	0,6	0,5
мука пшеничная		1,1	1,1	1,5	1,5
масло сливочное		1,3	1,3	1,5	1,5
Масло сливочное		1,7	1,7	2,4	2,4
Сухари		4,2	4,2	6,1	6,1
Яйцо		0,1 шт.	4,2	0,15 шт.	5,9
Масса полуфабриката		0	55,8	0	78,1
<b>Выход, г</b>			<b>50</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Рагу овощное</b>	<b>100/120</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		25,0	20,0	30,0	24,0
Морковь (до 1 января) 20%		23/18,4	12,4	27/22.	15,0
Кабачки		20,0	13,4	22,0	14,7
Капуста цветная замороженная		12,0	11,7	14,5	14,0
Горошек зеленый консервированный		12,3	8,0	14,7	9,6
Лук репчатый		23,8/20	10,0	28,6/24	12,0
<b>Соус №354:</b>		-	30,0	-	36,0
<b>сметана</b>		5,0	5,0	6,0	6,0
мука пшеничная		2,3	2,3	2,7	2,7
вода или отвар		22,5	22,5	27,0	27,0
Масса белого соуса:		-	22,5	-	27,0
Соль		0,24	0,24	0,29	0,29
Масло сливочное		2,0	2,0	2,4	2,4
Петрушка свежая листовая		3,0	2,4	3,6	3,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20</b>				
<b>Чай с лимоном</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4

Сахар		7	7	10	10
Вода		130	130	150	150
Лимон свежий		4	3,5	8	7
<b>Выход, г</b>		-	<b>150/7/3,5</b>	-	<b>180/10/7</b>

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 6)**

6	<b>День:</b> 1	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
	<b>Неделя:</b> 2	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
	<b>Сезон:</b> Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
<b>растная категория:</b>	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %

с 01 сентября по 01 марта

№ р	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Расход продуктов			
			ясли	сад		
<b>Завтрак</b>						
#	<b>Каша вязкая молочная (из пшена и крупы гречневой) с яблоками</b>	<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	<b>Крупа гречневая</b>		26,0	26,0	35	35
	Пшено		6,0	6,0	7,0	7,0
	<b>Молоко</b>		82,0	82,0	108,0	108,0
	Вода		20,0	20,0	26,0	26,0
	<i>Масса каши</i>		0	126,0	0	167,0
	<b>Сироп:</b>					
	сахар		3,0	3,0	4,0	4,0
	вода		15,0	15,0	18,0	18,0
	<b>Масса сиропа</b>		0	15,0	0	20,0
	Яблоки свежие		20,0	11,0	26,0	15,0
	<i>Масса припущенных яблок с сиропом</i>		0	25,0	0	33,0
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Сметана		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Масса полуфабриката</b>		0	157,0	0	208,0
	<b>Выход, г</b>		0	<b>150</b>	0	<b>200</b>
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>7/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
#	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	3,0
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		75,0	75,0	90,0	90,0
	Вода		90,0	90,0	#####	108,0
	<b>Выход, г</b>		-	<b>#####</b>	-	<b>180,0</b>
	<b>Мандарин</b>	<b>40/80</b>	50,0	<b>40,0</b>	100	<b>80,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
10	<b>Сок овощной</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>						
	<b>Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Помидоры свежие		23,0	19,0	34,0	29,0
	Огурцы свежие		18,0	14,0	26,0	21,0
	Лук зеленый		6,0	5,0	9,0	7,5
	Масло растительное		3,0	3,0	4,5	4,5
	<b>Выход, г</b>		0	<b>40</b>	0	<b>60</b>
	<b>Суп с макаронными изделиями, с птицей (185/15)</b>	<b>165/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Цыпленок - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		60	45	72,0	54,0
	Морковь (до 1 января) 20%		7,5	6,0	9,0	7,2
	Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
	Макаронные изделия		6,0	6,0	7,2	7,2
	Масло сливочное		1,8	1,8	2,2	2,2
	Зелень сухая		0,5	0,5	0,6	0,6
	<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	0	<b>200</b>
	<b>Плов с мясом</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Говядина б/к		47,4	42,0	57,0	50,4
	Масло сливочное		3,5	3,5	4,2	4,2
	Морковь (до 1 января) 20%		9,5	7,5	11,5	9,0
	Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
	Крупа рисовая		41,0	41,0	49,2	49,2
	Вода или бульон		0	96,0	-	115,0
	<i>Масса тушеного мяса</i>		0	30,0	-	36,0
	<i>Масса готового риса с овощами</i>		0	120,0	0	144,0
	<b>Выход, г</b>			<b>150</b>		<b>180</b>
	<b>Компот из ягод (черная смородина)</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Смородина черная		22,5	22,5	27,0	27,0

Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		130,0	130,0	####	155,0
<b>Выход, г</b>		-	####	-	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Булочка "Розовая"</b>	<b>50/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Мука пшеничная в/с		35,0	35,0	49,0	49,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,5	1,5
Сахар-песок		1,7	1,7	2,3	2,3
Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,05 шт.	1,9
Масло сливочное		1,1	1,1	1,5	1,5
Соль		0,6	0,6	0,8	0,8
Дрожжи сухие		0,3	0,3	0,4	0,4
свекла (до 1 января) 20%		3,6	2,8*	5,1	4*
свекла (с 1 января) 25%		3,8	2,8*	5,4	4*
Яйцо (для смазки)		0,02 шт.	0,8	0,03 шт.	1,1
<b>Выход, г</b>		0	<b>50</b>	0	<b>70</b>
<b>Йогурт фруктовый</b>	<b>150/180</b>	162,0	<b>150,0</b>	195,0	<b>180,0</b>
<b>Ужин</b>					
<b>Винегрет с сельдью</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%				16,4	12*
Морковь (до 1 января) 20%				17,6	12*
Свекла (с 1 января) 25%				9,4	7*
Огурцы консервированные				10,0	8,00
Лук репчатый				8,4	7**
Масло растительное				4,0	4,00
Сельдь соленая				31,2	15,00
<b>Выход, г</b>				0,0	60,00
<b>Говядина тушеная с овощами и картофелем в соусе</b>	<b>170/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к		96,0	85,0	112,0	100,0
Масса отварного мяса		-	60,0	0	70,0
Морковь (с 1 января) 25%		13,5	10,0	16,0	12,0
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		77	50,0	91,0	59,0
Зеленый горошек консервированный		10,0	7,0	12,0	8,5
Мука пшеничная		3,0	3,0	3,5	3,5
Лук репчатый		8,0	6,0	9,4	7,0
Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
Вода или отвар		0	44,0	-	52,0
Масса полуфабриката		0	190,0		220,0
Петрушка листовая свежая		6,0	4,5	7,0	5,3
<b>Выход, г</b>			<b>170</b>		<b>200</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/7/180/1</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар		7	7	10	10
<b>Выход, г</b>			<b>150/7</b>		<b>180/10</b>

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 7)**

<b>7 День:</b>	2	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
<b>Неделя:</b>	2	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
<b>Сезон:</b>	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
<b>Возрастная категория:</b>	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
		с 01 сентября по 01 марта	

№ р е ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов	
			ясли	сад

<b>Завтрак</b>						
#	<b>Омлет натуральный</b>	<b>70/100</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Яйца		1,33 шт.	53,0	1,9 шт.	76
	<b>Молоко</b>		17,3	17,3	27,3	27,3
	Соль		0,3	0,3	0,5	0,5
	Масса омлетной смеси		67,2	67,2	98,2	98,2
	Масло сливочное		2,0	2,0	2,8	2,8
	Масса готового омлета		0	68,0	0	97,0
	Масло сливочное		2,0	2,0	3,0	3,0
	<b>Выход, г</b>		0	<b>70</b>	0	<b>100</b>

Дополнительный гарнир: горошек зеленый	20/25	30,8	20,0	38,5	25,00
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20/30				
<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Какао порошок		1,7	1,7	2,0	2,0
Сахар		8,0	8,0	10,0	10,0
<b>Молоко</b>		92,0	92,0	#####	110,0
Вода		65,0	65,0	80,0	80,0
<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
<b>Груша</b>	<b>100/120</b>	110,0	<b>100,0</b>	132,0	<b>120,00</b>
<b>Завтрак2</b>					
10 Сок яблочный осветленный	100				
<b>Обед</b>					
<b>Салат из свеклы с черносливом</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Свекла (до 1 января) 20%		44,0	33*	66,0	50*
Свекла (с 1 января) 25%		46,0	33*	69,0	50*
Чернослив		4,0	4,4**	6,0	6,6**
Масло растительное		2,0	2,0	3,0	3,0
Сахар		1,6	1,6	2,4	2,4
<b>Выход, г</b>		0	<b>40</b>	0	<b>60</b>
<b>Борщ сибирский</b>	<b>165/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к		15,5	11,5	31	23
Лук репчатый		2	1,6	4	3,2
Вода		1	1	2	2
Яйцо		0,02 шт.	0,8	0,04 шт.	1,6
Масса отварных фрикаделек		0	10	0	20
Вода		105	105	120	120
Морковь (с 1 января) 25%		13,5	10	16,0	12,0
Свекла (с 1 января) 25%		32,0	24,0	39,0	29,0
Капуста свежая		20,0	16,0	24,0	19,0
Лук репчатый		5,7	4,8	6,5	5,4
Томатное пюре		0,0	0,0	2,2	2,2
Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
Фасоль консервированная		10,0	10,0	11,3	11,3
Сахар		1,0	1,0	1,1	1,1
Чеснок		0,9	0,7	1,0	0,8
Сметана		5,0	5,0	6,0	6,0
<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	0	<b>200</b>
<b>Тефтели рыбные с соусом (60/20)</b>	<b>65/80</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Филе минтая или трески		38,0	34,0	46,0	41,0
Хлеб пшеничный		8,3	8,3	10,0	10,0
<b>Молоко</b>		14,0	14,0	16,0	16,0
Мука пшеничная		3,3	3,3	4,0	4,0
Масло растительное		2,0	2,0	2,7	2,7
Яйцо		0,06 шт.	2,5	0,08 шт.	3,1
Масса полуфабриката		0	59,2	0	71,0
Масса запеченных тефтелей		0	50,0	0	60,0
<b>Соус сметанный №354:</b>		0	15,0	0	20,0
мука пшеничная		1,13	1,13	1,5	1,5
вода или отвар		11,3	11,3	15,1	15,1
Масса белого соуса		0	11,3	0	15,1
соль		0,12	0,12	0,16	0,16
<b>сметана</b>		3,8	3,8	5,1	5,1
<b>Выход, г</b>			<b>65</b>	0	<b>80</b>
<b>Рагу овощное</b>	<b>100/120</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		25,0	20,0	30,0	24,0
Морковь (до 1 января) 20%		23/18,4	12,4	27/22.	15,0
Кабачки		20,0	13,4	22,0	14,7
Капуста цветная замороженная		12,0	11,7	14,5	14,0
Горошек зеленый консервированный		12,3	8,0	14,7	9,6
Лук репчатый		23,8/20	10,0	28,6/24	12,0
<b>Соус №354:</b>		-	30,0	-	36,0
<b>сметана</b>		5,0	5,0	6,0	6,0
мука пшеничная		2,3	2,3	2,7	2,7
вода или отвар		22,5	22,5	27,0	27,0
Масса белого соуса:		-	22,5	-	27,0
Соль		0,24	0,24	0,29	0,29
Масло сливочное		2,0	2,0	2,4	2,4
Петрушка свежая листовая		3,0	2,4	3,6	3,0
<b>Выход, г</b>		0	<b>100</b>	0	<b>120</b>
<b>Напиток лимонный</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г

Лимон		12,0	12,0	14,4	14,4
Сахар		18,0	18,0	21,6	21,6
Вода		161,0	161,0	#####	193,0
Витамин С, мг					
<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>78 Булочка "Творожная"</b>	<b>60/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Мука пшеничная в/с		35,0	35,0	40,0	40,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3
Сахар-песок		5,0	5,0	5,8	5,8
Масло сливочное		1,2	1,2	1,4	1,4
Яйцо		0,14 шт.	5,4	0,15 шт.	6,3
<b>Молоко</b>		10,3	10,3	12,0	12,0
Творог		15,9	15,7	18,5	18,3
Дрожжи сухие		0,3	0,3	0,4	0,4
Соль		0,36	0,36	0,4	0,4
Ванилин		0,04	0,04	0,05	0,05
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,2	0,04 шт.	1,4
<i>Итого сырья</i>		-	78,0	-	91,0
<i>Масса полуфабриката</i>			71,0		83,0
<b>Выход, г</b>		0	<b>60</b>	0	<b>70</b>
<b>Кефир с лактулозой</b>	<b>150/180</b>	160,0	150,0	185,0	180,00
<b>Ужин</b>					
<b>Запеканка картофельная с мясом отварным</b>	<b>130/160</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к		43,0	38,5	53,0	47,4
Масло сливочное		2,1	2,1	2,6	2,6
<i>Масса готового мяса</i>		0	24,0	0	30,0
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		170,0	10*/107*	#####	136*/131**
<i>Масса отваренного протертого картофеля</i>		-	105,0	-	129,0
Лук репчатый		10,4	8,3	13,0	10,4
Масло растительное		2,0	2,0	2,5	2,5
<i>Масса припущенного лука</i>		-	6,3	-	7,8
Масло растительное		1,5	1,5	2,0	2,0
Сухари		2,1	2,1	2,6	2,6
<i>Масса полуфабриката</i>		-	148,0	-	183,0
<i>Масса готового изделия</i>		0	127,0	-	156,0
Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>		0	<b>130</b>	0	<b>160</b>
		брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
<b>Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку</b>	<b>25</b>	50,0	<b>25,0</b>	50,0	<b>25,00</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				
<b>Чай с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		40,0	40,0	60,0	60,0
<b>Молоко</b>		92	90	92	90
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
<b>Мармелад</b>	<b>20</b>	20,00	<b>20,00</b>	20,00	<b>20,00</b>

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 8)**

8 День:	3	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	2	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 % с 01 сентября по 01 марта

Л р е ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов	
			ясли	сад

<b>Завтрак</b>					
<b>Пудинг из творога с изюмом запеченный</b>	<b>70/80</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Творог		54,0	53,0	61	60
Крупа манная		5,6	5,6	6,4	6,4

Яйцо		1/11 шт.	3,5	1/10 шт.	4
Сахар		5,6	5,6	6,4	6,4
Изюм		7,1	7,0	8,1	8
Ванилин		0,014	0,014	0,016	0,016
Масло сливочное		2,5	2,5	2,8	2,8
Сухари		2,8	2,8	3,2	3,2
<b>Сметана</b>		2,8	2,8	3,2	3,2
<b>Выход, г</b>		0	70	0	80
<b>Варенье</b>	20/30				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта.</b>	20/30				
<b>Чай зеленый с молоком с сахаром</b>	150/180	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Чай сухой зеленый в/с, 1с		3,0	3,0	3,6	3,6
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		70,0	70,0	80,0	80,0
<b>Молоко</b>		80	75*	100	95*
<b>Выход, г</b>		0	150	0	180
<b>Завтрак2</b>					
10 Нектар тыквенный с мякотью	100	100,0	100,00	100,0	100,00
<b>Обед</b>					
<b>Салат зеленый с помидорами с растительным маслом</b>	40/60	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Помидоры		32,0	27,0	48,0	40,0
Салат зеленый		14,0	10,5	20,0	15,0
Масло растительное		3,0	3,0	5,5	5,5
<b>Выход, г</b>		0	40	0	60
<b>Суп рыбный по - шведски (консервы сайра)</b>	160/200	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Рыба консервированная в масле (сайра) I к		16	15	19	18
Вода		105	105	125	125
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		23	15,0	28,0	18,0
Морковь (с 1 января) 25%		11,3	9,0	13,5	10,8
Лук репчатый		2	1,6	2,4	2,0
Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
Яйцо		0,16 шт.	6,7	0,2 шт.	8,0
Горошек зеленый консервированный		15,0	10,0	18,0	12,0
Сметана		5,0	5,0	6,3	6,3
Петрушка листовая свежая		3,0	2,4	3,4	2,7
<b>Выход, г</b>			160	0	200
<b>Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)</b>	105/115	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Крупа гречневая		48,0	47,6	53,0	52,4
Вода, л		0,071	0,071	0,08	0,08
Соль		0,25	0,25	0,3	0,3
<i>Масса готовой каши</i>		0	102,0	0	112,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,5	3,5
<b>Выход, г</b>		0	105	0	115
<b>Биточки рубленые из птицы (цыплята)</b>	60/70	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Цыплята - бройлеры I категории потр.		96,0	44,0	112,0	51,0
Хлеб		11,0	11,0	12,8	12,8
<b>Молоко</b>		16,0	16,0	18,6	18,6
Сухари		6,0	6,0	7,0	7,0
<i>Масса полуфабриката</i>		-	75,0	0	87,0
Масло сливочное		2,0	2,0	2,3	2,3
<b>Выход, г</b>		0	60	0	70
<b>Соус сметанный</b>	15/25	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
<b>Сметана</b>		3,5	3,5	5,8	5,8
Мука пшеничная		1,13	1,13	1,4	1,4
Вода или отвар		11,3	11,3	18,8	18,8
<i>Масса белого соуса</i>		0	11,3	0	18,8
Соль		0,12	0,12	0,2	0,2
<b>Выход, г</b>		0	15	0	25
<b>Компот из сушеных фруктов (курага)</b>	150/180	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Фрукты сушеные (курага)		15,0	27,8	18,0	33,3
Сахар		8,3	8,3	10,0	10,0
Вода		152,0	152,0	#####	183,0
<b>Выход, г</b>		-	#####	-	180,0
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	20/30				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20/25				
<b>Полдник</b>					
<b>Булочка "Алтайская"</b>	60/70	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Мука пшеничная в/с		45,0	45,0	52,0	52,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3

Дрожжи сухие		0,5	0,5	0,6	0,6
морковь (до 1 января) 20%		7,0	5*	8,2	5,5*
морковь (с 1 января) 25%		7,5	5*	8,8	5,5*
Соль		0,50	0,50	0,6	0,6
Масло растительное		2,40	2,40	2,80	2,80
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,14	0,04 шт.	1,33
<i>Итого сырья</i>		-	56,5	-	66,0
Вода		17,0	17,0	20,0	20,0
<i>Масса полуфабриката</i>		-	70,0	-	82,0
<b>Выход, г</b>		0	<b>60</b>	0	<b>70</b>
<b>Молоко обогащенное йодказеином "Умница"</b>	<b>160/185</b>	160,0	<b>160,0</b>	185,0	<b>185,00</b>

**Ужин**

<b>Рыба, запеченная с картофелем по-русски</b>	<b>160/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Филе минтая или трески		63,2	60,8	71,1	68,4
<i>Масса готовой рыбы</i>		-	50,0	0	56,0
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		92	60	105,0	68,0
<b>Соус белый (для запекания рыбы):</b>		0	60,0	0	67,0
вода			66,0		74,0
лук		1,1	0,8	1,2	1,0
мука пшеничная		3,0	3,0	3,4	3,4
масло сливочное		3,0	3,0	3,4	3,4
Сыр		2,6	2,4	3,0	2,7
Масло сливочное		2,5	2,5	3,0	3,0
<b>Выход, г</b>			<b>160</b>	0	<b>180</b>
<b>Дополнительный гарнир: огурец консервированный</b>	<b>20/25</b>	36,40	<b>20,00</b>	45,50	<b>25,00</b>
<b>Чай с лимоном</b>	<b>180/10/7</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>150/7/3,5</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
Сахар		7	7	10	10
Вода		130	130	150	150
Лимон свежий		4	3,5	8	7
<b>Выход, г</b>		-	<b>150/7/3,5</b>	-	<b>180/10/7</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 9)**

9 День:	4	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	2	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
с 01 сентября по 01 марта			

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша манная молочная жидкая</b>	<b>150/200</b>				
	Крупа манная		22,0	22,0	29,0	
	Жидкость: (по 1 колонке)		126,0	126,0	167	
	Вода (0%)		0,0	0,0	0	
	<b>Молоко (100%)</b>		126,0	126,0	167	
	Соль		0,5	0,5	0,6	
	Сахар		4,5	4,5	6,0	
	<i>Масса готовой каши</i>		0	147,0	0	
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	
	<b>Выход, г</b>		0	<b>150</b>	0	
	<b>Сыр полутвердый</b>	<b>10/15</b>				
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>7/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта.</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	
	Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	
	Сахар		7,0	7,0	10,0	
	<b>Молоко</b>		75,0	75,0	90,0	
	Вода		90,0	90,0	#####	
	<b>Выход, г</b>		-	#####	-	
	<b>Апельсин</b>	<b>120</b>	179,0	<b>120,0</b>	179,0	
	<b>Завтрак2</b>					
	<b>Сок овощной</b>	<b>100</b>	100,0	<b>100,0</b>	100,0	
	<b>Обед</b>					
	<b>Салат из морской капусты с клюквой и растительным</b>	<b>40/60</b>				
	Капуста морская мороженая		21,0	33*	32,0	
	Клюква (или брусника)		5,3	5,0	8,0	
					7,50	

Масло растительное		2,5	2,5	3,0	3,00
<b>ВЫХОД</b>			40,0		60,00
<b>Суп картофельный с птицей (185/15)</b>	<b>165/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
Масса отварного филе птицы без кожи (стр. 437(к))		0	10	0	15
Бульон		110	110	130	130
Морковь (с 1 января) 25%		8	6,0	9,6	7,2
Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
Зелень сухая		0,5	0,5	0,6	0,6
<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
<b>Филе трески, запеченное в омлете</b>	<b>55/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Филе трески		47,0	45,0	60,0	57,0
Масса припущенной рыбы		0	36,7	0	51,3
Мука пшеничная		1,8	1,8	2,3	2,3
Яйцо		0,4 шт.	14,0	0,45 шт.	18,0
Молоко		5,5	5,5	7,0	7,0
Масло сливочное		1,8	1,8	2,3	2,3
<b>Выход, г</b>			<b>55</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Капуста тушеная</b>	<b>110/120</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Капуста белокачанная свежая		158	126	172	138,0
или капуста белокачанная квашеная		158	110	172	120,0
Масло растительное		3,5	3,5	4,0	4,0
Морковь (до 1 января) 20%		5	4	5,7	4,5
Морковь (с 1 января) 25%		5,3	4	6	4,5
Лук репчатый		6	5	7	6,0
Томатная паста		0	0	3,5	3,5
Мука пшеничная		1,3	1,3	1,4	1,4
Сахар		3	3	3,4	3,4
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>110</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
<b>Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Фрукты сушеные (смесь)		15,0	37,5	18,0	45,0
Сахар		8,3	8,3	10,0	10,0
Вода		152,0	152,0	#####	183,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20/30				
Хлеб ржано-пшеничный	20/25				
<b>Полдник</b>					
Вафли	45	45,0	45,0	45,0	45,00
Варенец с лактулозой	150/180	160,0	150,0	185,0	180,00
<b>Ужин</b>					
<b>Суфле из отварного мяса с рисом с маслом (80/5)</b>	<b>65/85</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к		66,0	59,0	88,0	79,0
Масса отварного мяса		0	41,0	0	55,0
Яйцо		0,18 шт.	7,0	0,25 шт.	10,0
Крупа рисовая		4,0	18*	5,0	23*
Масса полуфабриката		0	65,0	0	87,0
Масло сливочное (на смазку)		2,0	2,0	2,5	2,5
Масса готового суфле			60,0		80,0
масло сливочное (на полив)			5,0		5,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>65</b>	<b>0</b>	<b>85</b>
<b>Пюре картофельно-морковное</b>	<b>100/110</b>				
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		106	69	117	76,0
Морковь (с 1 января) 25%		28,0	21,0	31,0	23,0
Молоко		13,0	13,0	14,0	14,0
Масло сливочное		2,5	2,5	3,0	3,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Чай с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		40,0	40,0	60,0	60,0
Молоко		92	90	92	90
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
Хлеб ржано-пшеничный	20/25	1,47	0,45	13,11	59,63
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20/20	1,5	0,54	9,7	48,64

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 10)**

# День: 5  
Неделя: 2

Картофель (с 1.09. по 31.10) 25% Морковь (до 1 января) 20%  
Картофель (с 1.11. по 31.12) 30% Морковь (с 1 января) 25%



Сезон: Основной Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3 Свекла (до 1 января) 20 %  
растная категория: 3-7 лет Картофель (с 1.03.) 40% Свекла (с 1 января) 25 %  
с 01 сентября по 01 марта

р е ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша пуховая (гречневая на молоке с яйцами)</b>	<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Крупа гречневая		37,0	37,0	50,0	50,0
	Яйца		1/5 шт.	7,5	1/4 шт.	10
	<b>Молоко</b>		75,0	75,0	100	100
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Масса протертой каши		0	112,0	0	150,0
	Соус молочный сладкий: №351		0	38,0	0	50,0
	<b>Молоко</b>		19	19,0	25,0	25,0
	Масло сливочное		1,5	1,5	2,0	2,0
	Мука пшеничная		1,7	1,7	2,2	2,2
	Вода		19,0	19,0	25,0	25,0
	Сахар		3,0	3,0	4,0	4,0
	Ванилин		0,002	0,002	0,003	0,003
	<b>Выход, г</b>		0	<b>150</b>	0	<b>200</b>
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>10/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Сахар		8,0	8,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		92,0	92,0	#####	110,0
	Вода		65,0	65,0	80,0	80,0
	<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
	<b>Яблоко</b>	<b>110</b>	123,0	<b>110,0</b>	123,0	<b>110,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
	<b>Нектар из смеси фруктов и овощей</b>	<b>100</b>	100,0	<b>100</b>	100,0	<b>100,00</b>
<b>Обед</b>						
	<b>Салат из свежих огурцов, горошка консервированного с растительным маслом</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Огурцы свежие		29	23	46	37
	Горошек консервированный		15	10,0	20,0	13,0
	Петрушка листовая свежая		6,0	4,8	8,0	6,4
	Масло растительное		3,5	3,5	4,5	4,5
	<b>Выход, г</b>			<b>40</b>	0	<b>60</b>
	<b>Суп гороховый вегетарианский</b>	<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Вода		98	98	131	131
	Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		58	38,0	77,3	51,0
	Морковь (с 1 января) 25%		8,0	6,0	11,0	8,0
	Лук репчатый		7,2	6,0	9,6	8,0
	Зеленый горошек консервированный		23,1	15,0	30,8	20,0
	Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
	Укроп свежий столовый		6,0	4,5	7,5	5,5
	<b>Выход, г</b>			<b>150</b>	0	<b>200</b>
	<b>Плов с птицей (цыпляты)</b>	<b>150/180</b>				
	Цыплята - бройлеры I категории потр.		93,0	69,0	124,0	92,0
	Масса готового филе отварной птицы		-	30,0	0	40,0
	Масло сливочное		3,0	3,0	3,6	3,6
	Морковь (до 1 января) 20%		14,7	12	17,6	14,4
	Лук репчатый		8,4	6,7	10,0	8,0
	Крупа рисовая		35	35,0	41,0	41,0
	Масса готового риса с овощами		0	120,0	0	140,0
	<b>Выход, г</b>			<b>150</b>		<b>180</b>
	<b>Компот из ягод (жимолость)</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Жимолость		22,5	22,5	27,0	27,0
	Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
	Вода		130,0	130,0	#####	155,0
	<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>						
	<b>Булочка ванильная</b>	<b>50/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
	Мука пшеничная в/с		33,0	33,0	46,0	46,0

Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,0	1,0	1,4	1,4
Сахар		5,8	5,8	8,1	8,1
Масло сливочное		2,5	2,5	3,0	3,0
Яйцо		0,05 шт.	2,0	0,07 шт.	2,8
Яйцо (для смазки)		0,025 шт.	1,0	0,04 шт.	1,4
Соль		0,5	0,5	0,7	0,7
Дрожжи сухие		0,4	0,4	0,6	0,6
Ванилин		0,03	0,03	0,04	0,04
<i>Итого сырья</i>		-	48,0	-	67,0
Вода		-	15,0	-	21,0
<i>Масса полуфабриката</i>			58,0		81,0
<b>Выход, г</b>		0	50	0	70
<b>Ацидофилин</b>	<b>150/180</b>	162,0	150,0	195,00	180,0

**Ужин**

<b>Салат из яблок с черносливом</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Яблоки свежие		29,5	26,0	44,2	39,0
Чернослив		9,6	10,8*	14,4	16,2*
Сахар		3,6	3,6	5,0	5,0
<b>Выход, г</b>		0	40	0	60
<b>Сырники с морковью с соусом (80/20)</b>	<b>65/100</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Творог		37,0	36,0	59	58
Морковь (с 1 января) 25%		13,4	11,0	28,2	17,6
Масло сливочное		1,0	1,0	1,6	1,6
Крупа манная		2,0	2,0	3,2	3,2
Яйцо		0,08 шт.	3,0	0,11 шт.	4,5
Сахар		4,0	4,0	6,4	6,4
Мука пшеничная		6,0	6,0	9,6	9,6
<i>Масса полуфабриката</i>		0	57,0	0	91,2
Масло растительное		2,5	2,5	4	4
<i>Масса готовых сырников</i>		0	50,0	0	80
<b>соус № 351:</b>		0	15,0	0	20
<b>молоко</b>		7,5	7,5	10,0	10,0
масло сливочное		0,6	0,6	0,9	0,9
мука пшеничная		0,6	0,6	0,9	0,9
вода		7,5	7,5	10	10,0
сахар		1,2	1,2	1,6	1,6
ванилин		#####	-	0,001	0,001
<b>Выход, г</b>			65	0	100
<b>Чай зеленый с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Чай сухой зеленый в/с, 1с		3,0	3,0	3,6	3,6
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		70,0	70,0	80,0	80,0
<b>Молоко</b>		80	75*	100	95*
<b>Выход, г</b>		0	150	0	180
<b>Зефир</b>	<b>20/20</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 11)**

# День:	1	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	3	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
возрастная категори:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
	с 1 сентября по 1 марта		с 01 сентября по 01 марта

Л р е ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов	
			ясли	сад

**Завтрак**

# Омлет натуральный с сыром запеченный	<b>70/100</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Яйца		1,2 шт.	48,0	1,7 шт.	69
<b>Молоко</b>		19,0	19,0	27	27
Соль		0,3	0,3	0,5	0,5
сыр		9,8	8,7*	14,3	12,7*
масло сливочное(смазка)		2,0	2,0	2,8	2,8
Масло сливочное( полив)		2,0	2,0	3,0	3,0
<b>Выход, г</b>		0	70	0	100
<b>Дополнительный гарнир: икра кабачковая</b>	<b>20/25</b>	21,00	20,00	26,30	25,00

	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
#	<b>Чай с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
	вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	Вода		40,0	40,0	60,0	60,0
	<b>Молоко</b>		92	90	92	90
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
	<b>Завтрак2</b>					
)-	<b>Сок яблочный осветленный</b>	<b>100</b>	100,0	<b>100,0</b>	100,0	<b>100,00</b>
	<b>Обед</b>					
	<b>Салат из белокачанной капусты с морковью</b>	<b>40/60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Капуста белокачанная		45,0	36,0	68,0	54,0
	Масса прогретой капусты		0	29,0	0	44,0
	Лук зеленый		5,0	4,0	7,5	6,0
	Морковь (с 1 января) 25%		4,0	3,0	6,0	4,5
	Лимон (для получения сока)		0,6	0,6	1,0	1,0
	Вода кипяченая		4,0	4,0	6,0	6,0
	Сахар		2,0	2,0	3,0	3,0
	Масло растительное		2,0	2,0	3,0	3,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
	<b>Суп картофельный с фасолью, с мясом (185/15)</b>	<b>160/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Говядина б/к		18,3	16,1	27,5	24,2
	Масса отварного мяса		0	10	0	15
	Бульон		110	110	130	130
	Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		46	30,0	55,0	36,0
	Морковь (с 1 января) 25%		8	6,0	9,6	7,2
	Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
	Фасоль консервированная		7,0	7,0	8,0	8,0
	Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
	Укроп свежий		3,0	2,4	4,0	3,2
	<b>Выход, г</b>			<b>160</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
	<b>Шницель рыбный натуральный (лосось)</b>	<b>60/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Кета потр. с/г		76,0	72,2	90,0	85,0
	Масса полуфабриката (филе с кожей)		-	47,0	0	55,5
	Лук репчатый		11,0	9,2	13,0	10,8
	Зелень петрушки свежей листовой		2,8	1,8	3,3	2,1
	<b>Молоко</b>		4,6	4,6	5,4	5,4
	Яйца		0,06 шт.	2,2	0,07 шт.	2,6
	Сухари		6,4	6,4	7,6	7,6
	Масса полуфабриката		-	68,7	-	81,2
	Масло растительное		2,0	2,0	2,7	2,7
	Масса готового шницеля		-	55,0	-	65,0
	Масло сливочное (на полив)		0	5,0	0	5,0
	<b>Выход, г</b>			<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
	<b>Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом</b>	<b>100/110</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Кабачки		75,0	50,0	83	55,0
	Мука пшеничная		2,0	2,0	2,2	2,2
	Масло сливочное		3,0	3,0	3,3	3,3
	Масса жареных кабачков			35,0		39,0
	Капуста цветная замороженная		35,0	34,0	38,5	37,4
	Масса вареной капусты			30		33,0
	<b>Соус сметанный № 600-с (III колонка):</b>		0	50	0	55,0
	<b>сметана</b>		12,5	12,5	13,8	13,8
	масло сливочное		-	-	0	0
	мука пшеничная		3,7	3,7	4	4,0
	бульон или отвар		38,0	38,0	41	41,0
	Масло растительное		2,0	2,0	2,2	2,2
	Сыр		2,7	2,5	3,0	2,8
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
	<b>Компот из плодов свежих (яблоки)</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Яблоки		34,0	30,0	40,8	36,0
	Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
	Вода		130,0	130,0	#####	155,0
	<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
	<b>Полдник</b>					
	<b>Пирожок печеный с рисом и яйцом</b>	<b>60/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Мука пшеничная в/с		30,0	30,0	35,0	35,0

Сахар		1,6	1,6	1,8	1,8
Масло сливочное		1,4	1,4	1,6	1,6
Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,05 шт.	1,9
Соль		0,5	0,5	0,6	0,6
Дрожжи сухие		0,33	0,33	0,4	0,4
Вода		12,1	12,1	14,0	14,0
Масса полуфабриката :		0	47,0	0	54,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,2	0,04 шт.	1,4
Фарш № 763:		0	20,0	0	23,3
крупа рисовая		6,0	6,0	7,0	7,0
масса вареного риса		-	16,8	-	19,6
яйцо		0,06 шт.	2,4	0,07	2,8
масло сливочное		1,6	1,6	1,8	1,8
петрушка листовая свежая		0,3	0,3	0,4	0,4
Масло растительное (для смазывания листов)		0,3	0,3	0,40	0,40
<b>Выход, г</b>		0	60	0	70
<b>Молоко витаминизированное</b>	<b>160/185</b>	160,0	160,0	185,0	185,00

**Ужин**

<b>Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным</b>	<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Огурцы свежие		48,0	38,0	72,0	57,0
Укроп столовый свежий		5,0	4,0	7,5	6
Масло растительное		3,0	3,0	4,4	4,4
<b>Выход, г</b>		0	40	0	60

<b>Биточки рубленые из птицы (цыплята)</b>	<b>60/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		96,0	44,0	112,0	51,0
Хлеб		11,0	11,0	12,8	12,8
Молоко		16,0	16,0	18,6	18,6
Сухари		6,0	6,0	7,0	7,0
Масса полуфабриката		-	75,0	0	87,0
Масло сливочное		2,0	2,0	2,3	2,3
<b>Выход, г</b>		0	60	0	70

<b>Соус сметанный с томатом (сад)</b>	<b>30</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Сметана		0	0	7,0	7,0
Мука пшеничная		0	0	2,3	2,3
Вода		0	0	23,0	23,0
Томатная паста		0	0	1,6	1,6
Соль		0	0	0,24	0,24
<b>Выход, г</b>		0	0	0	30

<b>Соус сметанный (ясли)</b>	<b>15</b>	брутто,г	нетто,г		
Сметана		3,5	3,5		
Мука пшеничная		1,13	1,13		
Вода или отвар		11,3	11,3		
Масса белого соуса		0	11,3		
Соль		0,12	0,12		
<b>Выход, г</b>		0	15		

<b>Пюре картофельное</b>	<b>110/120</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		144,0	94,0	#####	103,0
Молоко		18,0	18,0	20,0	20,0
Масло сливочное		3,3	3,3	3,6	3,6
<b>Выход, г</b>		0	110	0	120

<b>Чай с сахаром</b>	<b>180/10</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>150/7</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар		7	7	10	10
<b>Выход, г</b>			150/7		180/10

<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 12)**

# День:	2	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	3	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
	с 1 сентября по 1 марта		с 01 сентября по 01 марта

№ р	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов	
			ясли	сад

**Завтрак**

<b>Вареники ленивые</b>	<b>90/135</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Творог		69,0	67,0	104	102
Мука пшеничная		9,3	9,3	14,1	14,1
Сахар		4,5	4,5	7	7

Яйца		0,13 шт.		0,18 шт.	
Соль		0,2	0,2	0,3	0,3
масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,00
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>135</b>
<b>Соус молочный сладкий</b>	<b>20/25</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
<b>Молоко</b>		10,0	10,0	12,5	12,5
Масло сливочное		1,1	1,1	1,4	1,4
Мука пшеничная		1,1	1,1	1,4	1,4
Вода		10	10,0	12,5	12,5
Сахар		0,2	0,2	0,25	0,25
Соль		0,16	0,16	0,2000	0,2000
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	3,0
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
<b>Молоко</b>		75,0	75,0	90,0	90,0
Вода		90,0	90,0	#####	108,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
<b>Банан</b>	<b>80</b>	133,0	<b>80,0</b>	133	<b>80,00</b>
<b>Завтрак2</b>					
<b>)- (Нектар фруктовый</b>	<b>100</b>	100,0	<b>100</b>	100,0	<b>100,00</b>
<b>Обед</b>					
<b>Салат из свеклы и яблок с маслом растительным</b>	<b>40/60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Свекла (до 1 января) 20%		34,3	26,8*	51,5	40,2*
Свекла (с 1 января) 25%		36,5	26,8*	54,8	40,2*
Яблоки свежие		12,0	10,0	18,0	15,0
Сахар		1,2	1,2	1,8	1,8
Масло растительное		3,3	3,3	4,5	4,5
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
<b>Суп с макаронными изделиями, с птицей (185/15)</b>	<b>165/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		60	45	72,0	54,0
Морковь (до 1 января) 20%		7,5	6,0	9,0	7,2
Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
Макаронные изделия		6,0	6,0	7,2	7,2
Масло сливочное		1,8	1,8	2,2	2,2
Зелень сухая		0,5	0,5	0,6	0,6
<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
<b>Жаркое по-домашнему (говядина)</b>	<b>170/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Говядина б/к		97,0	87,0	105,0	95,0
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		154,0	116,0	164,0	123,0
Лук репчатый		12,0	10,0	12,7	10,6
Масло сливочное		3,4	3,4	3,6	3,6
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>170</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
<b>Компот из плодов свежих (груши)</b>	<b>180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Груши		33,3	30,0	40,8	36,0
Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		130,0	130,0	#####	155,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Печенье</b>	<b>45/45</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
<b>Ряженка</b>	<b>150/180</b>	160,0	<b>150,0</b>	185,0	<b>180,00</b>
<b>Ужин</b>					
<b>Рагу из овощей с мясом отварным (120/80)</b>	<b>160/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Говядина б/к		96,0	85,0	128,0	114,0
Морковь (с 1 января) 25%		2,5	2,0	3,8	3,0
Лук		3,0	2,0	4,0	3,0
<i>Масса отварного мяса</i>		<i>0</i>	<i>60,0</i>	<i>0</i>	<i>80,0</i>
Масло сливочное (на полив)		3	3,0	3	4,0
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		31,0	20,0	37,0	24,0
Морковь (с 1 января) 25%		25/18,2	12,4	29/22.	15,0
Кабачки		22,0	15,5	28,0	20,0
Перец овощной сладкий		14,0	10,5	18,0	13,5
Капуста цветная замороженная		10,0	9,8	13,0	12,7
Горошек зеленый консервированный		12,3	8,0	14,7	9,6
Лук репчатый		23,8/20	10,0	28,6/24	12,0
Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0

<b>Соус №354:</b>		-	30,0	-	36,0
<b>сметана</b>		7,5	7,5	9,0	9,0
мука пшеничная		2,3	2,3	2,7	2,7
вода или отвар		22,5	22,5	27,0	27,0
масса белого соуса:		-	22,5	-	27,0
соль		0,24	0,24	0,29	0,29
<i>Масса готового овощного рагу</i>		0	100	0	120
<b>Выход, г</b>		0	<b>160</b>	0	<b>200</b>
<b>Дополнительный гарнир: огурец свежий</b>		<b>20/25</b>	21,00	<b>20,00</b>	26,00
<b>Чай с молоком с сахаром</b>		<b>180</b>			
чай в/с или 1 с сухой черный			0,2	0,2	0,3
вода,мл			21,6	21,6	32,4
Сахар			7,0	7,0	10,0
Вода			40,0	40,0	60,0
<b>Молоко</b>			92	90	92
<b>Выход, г</b>			<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>		<b>20/25</b>			
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>		<b>20/20</b>			

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 13)**

# День: 3 Картофель (с 1.09. по 31.10) 25% Морковь (до 1 января) 20%  
Неделя: 3 Картофель (с 1.11. по 31.12) 30% Морковь (с 1 января) 25%  
Сезон: Основной Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3 Свекла (до 1 января) 20 %  
растная категория: 3-7 лет Картофель (с 1.03.) 40% Свекла (с 1 января) 25 %  
с 1 сентября по 1 марта с 01 сентября по 01 марта

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
<b>Каша жидкая на молоке (пшеничная)</b>		<b>150/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Пшено			30,0	30,0	40	40
Жидкость:			126,0	126,0	168,0	168,0
Вода (0%)			0,0	0,0	0	0
<b>Молоко (100%)</b>			126,0	126,0	168,0	168,0
Соль			0,5	0,5	0,7	0,7
Сахар			4,5	4,5	6,0	6,0
<i>Масса готовой каши</i>			0	147,0	0	196,0
Масло сливочное			3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>			0	<b>150</b>	0	<b>200</b>
<b>Сыр полутвердый</b>		<b>10/15</b>	10,7	<b>10,0</b>	16	<b>15,00</b>
<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>		<b>7/10</b>	7,0	<b>7,0</b>	10,0	<b>10,00</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>		<b>20/30</b>				
<b>Какао с молоком</b>		<b>150/180</b>				
Сахар			8,0	8,0	10,0	10,0
<b>Молоко</b>			92,0	92,0	#####	110,0
Вода			65,0	65,0	80,0	80,0
<b>Выход, г</b>			-	#####	-	<b>180,0</b>
<b>Киви</b>		<b>50</b>	65,00	<b>50,000</b>	65,00	<b>50,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
<b>Сок овощной</b>		<b>100</b>	100,0	<b>100,0</b>	100,0	<b>100,00</b>
<b>Обед</b>						
<b>Салат зеленый с помидорами и сладким перцем с</b>		<b>40/60</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Салат зеленый			20,0	16,0	30,0	24,0
Помидоры свежие			20,0	17,0	30,0	25,0
Перец овощной сладкий			10,0	7,5	15,0	11,0
Лук зеленый			6,0	4,8	9,0	7,2
Масло растительное			3,5	3,5	5,2	5,2
<b>Выход, г</b>			0	<b>40</b>	0	<b>60</b>
<b>Ши по-уральски с мясом (185/15)</b>		<b>165/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к			18,3	16,1	27,5	24,2
<i>Масса отварного мяса</i>			0	10	0	15
Бульон			125	125	150	150
Крупа перловая			3,0	3,0	3,6	3,6
Морковь (до 1 января) 20%			10	8,0	12,0	9,0
Морковь (с 1 января) 25%			11	8,0	12,5	9,0
Капуста квашеная			43,0	30,0	52,0	37,0
Томатная паста			0,0	0,0	3,5	3,5
Лук репчатый			7,2	6,0	8,6	7,2
Масло растительное			3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>				<b>165</b>	0	<b>200</b>
<b>Биточки мясные рубленые</b>		<b>50/70</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г

Говядина б/к		42,0	38,0	59,0	53,0
Хлеб пшеничный		9,2	9,2	13	13,0
<b>Молоко</b>		10,0	10,0	15,0	15,0
Сухари		5,0	5,0	7,0	7,0
Лук репчатый		6,0	5,0	8,4	7,0
Чеснок		0,8	0,5	1,1	0,7
Масса полуфабриката		-	62,0	-	86,0
Масса запеченных биточков (шницелей)		-	48,0	-	67,0
Масло сливочное		2,0	2,0	3,0	3,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>50</b>		<b>70</b>
<b>Соус сметанный с томатом( сад)</b>		<b>30</b>			
<b>Сметана</b>		0	0	7,0	7,0
Мука пшеничная		0	0	2,3	2,3
Вода		0	0	23,0	23,0
Томатная паста		0	0	1,6	1,6
Соль		0	0	0,24	0,24
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>30</b>
<b>Соус сметанный (ясли)</b>	<b>15</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>		
<b>Сметана</b>		3,5	3,5		
Мука пшеничная		1,13	1,13		
Вода или отвар		11,3	11,3		
<i>Масса белого соуса</i>		0	11,3		
Соль		0,12	0,12		
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>15</b>		
<b>Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)</b>	<b>105/115</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Крупа гречневая		48,0	47,6	53,0	52,4
Вода, л		0,071	0,071	0,08	0,08
Соль		0,25	0,25	0,3	0,3
<i>Масса готовой каши</i>		0	102,0	0	112,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,5	3,5
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>105</b>	<b>0</b>	<b>115</b>
<b>Кисель из ягод (черная смородина)</b>	<b>150/170</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Смородина черная		15,8	15,0	18,9	18,0
Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		140,0	140,0	#####	167,4
Крахмал		7,0	7,0	8,1	8,1
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>170,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Ватрушка с джемом</b>	<b>60/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Мука пшеничная в/с		30,0	30,0	35,0	35,0
Сахар		1,6	1,6	1,8	1,8
Масло сливочное		1,4	1,4	1,6	1,6
Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,05 шт.	1,9
Соль		0,5	0,5	0,6	0,6
Дрожжи сухие		0,33	0,33	0,4	0,4
Вода		12,1	12,1	14,0	14,0
<i>Масса полуфабриката :</i>		0	47,0	0	54,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,2	0,04 шт.	1,4
Повидло или джем		24,2	24,0	28,2	28,0
Масло растительное (для смазывания листов)		0,3	0,3	0,40	0,40
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Биокефир</b>	<b>150/180</b>	160,0	<b>150,0</b>	185,0	<b>180,00</b>
<b>Ужин</b>					
<b>Икра из баклажанов</b>	<b>30</b>	31,5	<b>30,0</b>	31,5	<b>30,00</b>
<b>Филе минтая, запеченное в молочном соусе</b>	<b>55/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Филе минтая		35,0	34,0	45,0	43,0
Масса припущенной рыбы		0	27,5	0	35,0
Масло растительное		2,0	2,0	2,7	2,7
Яйцо		0,12 шт.	5,0	0,16 шт.	6,4
Сыр		2,9	2,8	3,8	3,5
Соус молочный:		0	25,0	0	32,0
<b>МОЛОКО</b>		12,5	12,5	16,0	16,0
масло сливочное		2,5	2,5	3,2	3,2
мука пшеничная		2,8	2,8	3,5	3,5
вода		12,5	12,5	16,0	16,0
соль		0,2	0,2	0,26	0,26
яйцо		0,05 шт.	2,0	0,06 шт.	2,6

Масса полуфабриката		-	61,0	-	78,0
<b>Выход, г</b>		0	55	0	70
<b>Рис отварной</b>	<b>100/110</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Крупа рисовая		35,7	35,7	42,8	42,8
Вода, л		214,0	214,0	257,0	257,0
Соль		2,10	2,10	2,6	2,6
Масса готовой каши		0	100,0	0	110,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,3	3,3
<b>Выход, г</b>		0	100	0	110
<b>Чай с лимоном</b>	<b>180/10/7</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>150/7/3,5</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
Сахар		7	7	10	10
Вода		130	130	150	150
Лимон свежий		4	3,5	8	7
<b>ВЫХОД</b>			<b>150/7/3,5</b>		<b>180/10/7</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 14)**

# День:	4	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	3	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
	с 1 сентября по 1 марта		

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов	
			ясли	сад

Завтрак					
		брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
<b>Лапшевник с творогом запеченный</b>	<b>90/110</b>				
Лапша или вермишель		20,0	20,0	24	24
Вода		45,0	45,0	55	55
<b>Творог</b>		30,0	29,0	37	36
Яйца		0,08 шт.	3,0	0,1 шт.	4
Сахар		2,8	2,8	3,4	3,4
Масло растительное (для смазки противня)		2,0	2,0	2,4	2,4
<b>Сметана</b>		1,5	1,5	1,8	1,8
Сухари		1,1	1,1	1,3	1,3
Масса полуфабриката			100,0		122
Масса готового лапшевника			87,0		106
Масло сливочное			3,0		4
<b>Выход, г</b>		0	90	0	110
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Чай зеленый с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Чай сухой зеленый в/с, 1с		3,0	3,0	3,6	3,6
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		70,0	70,0	80,0	80,0
<b>Молоко</b>		80	75*	100	95*
<b>Выход, г</b>		0	150	0	180

Завтрак2					
		брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
<b>Нектар из смеси фруктов и овощей</b>	<b>100/100</b>	100,0	100	100,0	100,00

Обед					
		брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
<b>Салат из помидоров свежих с перцем сладким с</b>	<b>40/60</b>				
Помидоры		27,0	23,0	40,5	34,5
Перец сладкий		13,4	10,0	20,1	15,0
Петрушка листовая свежая		6,0	4,8	8,0	6,4
Масло растительное		3,5	3,5	5,0	5,0
<b>Выход, г</b>			40	0	60
<b>Свекольник</b>	<b>165/200</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина б/к		18,3	16,1	27,5	24,2
Масса отварного мяса		0	10	0	15
Бульон		110	110	130	130
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		32	21,0	37,0	24,0
Морковь (с 1 января) 25%		13,5	10,0	16,0	12,0
Свекла (с 1 января) 25 %		52	39,0	62,0	47,0
Лук репчатый		5,5	4,5	6,0	5,1
Сахар		1,5	1,5	2,0	2,0
Томатная паста		0,0	0,0	2,0	2,0
Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
<b>Сметана</b>		5,0	5,0	6,0	6,0
<b>Выход, г</b>			165	0	200
<b>Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и</b>	<b>170/180</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г



Пыльца - бройлеры 1 категории потр.		88,0	65,0	93,0	69,0
Масса готового филе отварной птицы		0	28,0	0	30,0
Соус №354:		0	28,0	0	30,0
<b>сметана</b>		7	7	7,5	7,5
мука пшеничная		2,2	2,2	2,3	2,3
вода или отвар или бульон		22,0	22,0	23,0	23,0
Масса белого соуса		0	22,0	0	23,0
соль		0,18	0,18	0,2	0,2
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		112,0	73,0	#####	77,0
Морковь (с 1 января) 25%		40,0	30,0	43,0	32,0
Лук репчатый		20,1	17,0	22,0	18,0
Горошек зеленый консервированный		7,5	4,7	8,0	5,0
Масло растительное		3,0	3,0	3,2	3,2
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>170</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
<b>Компот из сушеных фруктов (курага)</b>	<b>150/180</b>				
Фрукты сушеные (курага)		15,0	27,8	18,0	33,3
Сахар		8,3	8,3	10,0	10,0
Вода		152,0	152,0	#####	183,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Булочка "Домашняя"</b>	<b>50/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Мука пшеничная в/с		32,0	32,0	45,0	45,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,7	1,7	2,4	2,4
Сахар-песок		5,5	5,5	7,7	7,7
Сахар-песок (для отделки)		1,6	1,6	2,2	2,2
Масло сливочное		7,4	7,4	10,3	10,3
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,0	0,04 шт.	1,4
Соль		0,3	0,3	0,4	0,4
Дрожжи сухие		0,35	0,35	0,5	0,5
<b>Итого сырья</b>		<b>-</b>	<b>50,4</b>	<b>-</b>	<b>70,5</b>
Вода		-	14,3	-	20,0
Масса полуфабриката		-	60,0	-	84,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>50</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Йогурт фруктовый</b>	<b>150/180</b>	162,0	150,0	195,0	180,0
<b>Ужин</b>					
<b>Запеканка картофельная с мясом отварным</b>	<b>130/160</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Говядина б/к		43,0	38,5	53,0	47,4
Масло сливочное		2,1	2,1	2,6	2,6
Масса готового мяса		0	24,0	0	30,0
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		170,0	10*/107*	#####	136*/131**
Масса отваренного протертого картофеля		-	105,0	-	129,0
Лук репчатый		10,4	8,3	13,0	10,4
Масло растительное		2,0	2,0	2,5	2,5
Масса припущенного лука		-	6,3	-	7,8
Масло растительное		1,5	1,5	2,0	2,0
Сухари		2,1	2,1	2,6	2,6
Масса полуфабриката		-	148,0	-	183,0
Масса готового изделия		0	127,0	-	156,0
Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>130</b>	<b>0</b>	<b>160</b>
		<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
<b>Дополнительный гарнир: огурец консервированный</b>	<b>20/25</b>	36,40	20,00	45,50	25,00
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/7</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>180/10</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар		7	7	10	10
<b>Выход, г</b>			<b>150/7</b>		<b>180/10</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 15)**

# День:	5	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	3	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %

с 1 сентября по 1 марта

№ р е ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>	<b>150/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Хлопья овсяные "Геркулес"		23,0	23,0	30	30
	Жидкость:		132,0	132,0	176	176
	Вода (0%)		0,0	0,0	0	0
	<b>Молоко (100%)</b>		132,0	132,0	176	176
	Соль		0,5	0,5	0,7	0,7
	Сахар		4,5	4,5	6,0	6,0
	<i>Масса готовой каши</i>		0	147,0	0	196
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>		0	150	0	200
			<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	<b>Сыр полутвердый</b>	<b>10/15</b>	10,7	10,0	16	15,00
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7/10	7,0	7,0	10,0	10,00
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20/30				
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	3,0
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		75,0	75,0	90,0	90,0
	Вода		90,0	90,0	#####	108,0
	<b>Выход, г</b>		-	#####	-	180,0
	<b>Груша</b>	<b>100/120</b>	110,0	100,0	132,0	120,00
<b>Завтрак2</b>						
	<b>Нектар тыквенный с мякотью</b>	<b>100</b>	100,0	100,00	100,0	100,00
<b>Обед</b>						
	<b>Салат зеленый с огурцом и растительным маслом</b>	<b>40/60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Салат зеленый		23,0	16,5	36,0	25,0
	Огурец свежий		28,0	22,0	42,0	32,0
	Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>		0	40	0	60
	<b>Щи из свежей капусты с мясом (185/15)</b>	<b>165/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Говядина б/к		18,3	16,1	27,5	24,2
	<i>Масса отварного мяса</i>		0	10	0	15
	Бульон		110	110	133	133
	Капуста белокачанная		60,0	48,0	72,0	58,0
	Морковь (с 1 января) 25%		13,5	10,5	17,0	12,6
	Помидоры свежие		16,0	13,5	19,0	16,2
	или томаты консервированные в с/с		27,0	13,5	32,4	16,2
	Чеснок свежий		0,4	0,3	0,5	0,4
	Лук репчатый		10,8	9,0	13,0	10,8
	Мука пшеничная		1,0	1,0	1,1	1,1
	Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Петрушка листовая свежая		2,5	2,0	3,0	2,4
	<b>Выход, г</b>			165	0	200
	<b>Котлета рыбная (треска)</b>	<b>60/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Филе трески		48,0	45,0	56,0	52,5
	Хлеб пшеничный		11,0	11,0	13,0	13,0
	<b>Молоко</b>		15,0	15,0	17,5	17,5
	Яйцо		0,1 шт.	4,0	0,15 шт.	6,0
	Масса полуфабриката		0,0	69,0	0,0	80,5
	Масло сливочное		2,5	2,5	3,0	3,0
	<b>выход</b>		0	60,0	0	70,0
	<b>Соус молочный</b>	<b>20/25</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	<b>Молоко</b>		10,0	10,0	12,5	12,5
	Масло сливочное		1,1	1,1	1,4	1,4
	Мука пшеничная		1,1	1,1	1,4	1,4
	Вода		10	10,0	12,5	12,5
	Сахар		0,2	0,2	0,25	0,25
	Соль		0,16	0,16	0,2000	0,2000

<i>Выход, г</i>		0	20	0	25
<b>Пюре картофельное</b>	<b>100/110</b>				
Картофель (с 1.03.) 40%		143,0	86,0	#####	94,0
<b>Молоко</b>		16,0	16,0	18,0	18,0
Масло сливочное		3	3,0	3,3	3,3
<i>Выход, г</i>		-	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Напиток лимонный</b>	<b>150/180</b>				
Лимон		12,0	12,0	14,4	14,4
Сахар		18,0	18,0	21,6	21,6
Вода		161,0	161,0	#####	193,0
Витамин С, мг					
<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Пряник заварной</b>	<b>60</b>	60,0	<b>60,0</b>	60,0	<b>60,00</b>
<b>Ацидофилин</b>	<b>150/180</b>	162,0			
<b>Ужин</b>					
<b>Рулет мясной</b>	<b>60/80</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Говядина б/к		36,0	32,0	48,0	43,0
Хлеб пшеничный		6,0	6,0	8	8,0
<b>Молоко</b>		10,0	10,0	13	13,0
<i>Котлетная масса</i>		-	48,0	0	64,0
Фарш:					
лук репчатый		17,0	14,0	23,0	19,0
масло сливочное		2,0	2,0	3,0	3,0
<i>масса припущенного лука</i>		-	10,0	-	14,0
Яйцо		0,1 шт.	4,0	0,13 шт.	5,0
Петрушка свежая листовая		2,0	1,7	3,0	2,0
<i>Масса фарша</i>		-	16,0	-	21,0
Яйцо		0,08 шт.	3,0	0,1 шт.	4,0
Сухари		2,0	2,0	3,0	3,0
<i>Масса полуфабриката</i>		-	68,0	-	91,0
Масло растительное (для смазывания противня или		2,0	2,0	2,5	2,5
<i>Выход, г</i>		0	<b>60</b>		<b>80</b>
<b>Соус сметанный</b>	<b>15/25</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
<b>Сметана</b>		3,5	3,5	5,8	5,8
Мука пшеничная		1,13	1,13	1,4	1,4
Вода или отвар		11,3	11,3	18,8	18,8
<i>Масса белого соуса</i>		0	11,3	0	18,8
Соль		0,12	0,12	0,2	0,2
<b>ВЫХОД</b>		<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>100/120</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Макаронные изделия		35,0	35,0	42,0	42,0
Вода		210,0	210,0	252,0	252,0
Соль		1,0	1,0	1,3	1,3
масса отварных макарон		0	97,0	0	116,0
Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
<b>ВЫХОД</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
<b>Дополнительный гарнир: томаты консервированные в собственном соку</b>	<b>25/25</b>	50,0	<b>25,0</b>	50,0	<b>25,00</b>
<b>Компот из плодов (вишня)</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Вишня б/к		30,0	30,0	36,0	36,0
Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		130,0	130,0	#####	155,0
<i>Выход, г</i>		-	#####	-	<b>180,0</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 16)**

# День: 1  
Неделя: 4

Картофель (с 1.09. по 31.10) 25% Морковь (до 1 января) 20%  
Картофель (с 1.11. по 31.12) 30% Морковь (с 1 января) 25%

Сезон: Основной Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3 Свекла (до 1 января) 20 %  
растная категория: 3-7 лет Картофель (с 1.03.) 40% Свекла (с 1 января) 25 %  
с 1 сентября по 1 марта

р е ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов			
			ясли	сад		
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша жидкая на молоке (рисовая)</b>	<b>150/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Крупа рисовая		23,1	23,1	31,0	31,0
	Жидкость:		132,0	132,0	176	176
	Вода (0%)		0,0	0,0	0	0
	<b>Молоко (100%)</b>		132,0	132,0	176	176
	Соль		0,5	0,5	0,7	0,7
	Сахар		4,5	4,5	6,0	6,0
	<i>Масса готовой каши</i>		0	147,0	0	196
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>		0	150	0	200
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>10/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Чай зеленый с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>				
	Чай сухой зеленый в/с, 1с		3,0	3,0	3,6	3,6
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	Вода		70,0	70,0	80,0	80,0
	<b>Молоко</b>		80	75*	100	95*
	<b>Выход, г</b>		0	150	0	180
<b>Завтрак2</b>						
	<b>Сок овощной</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>						
	<b>Салат из морской капусты с клюквой и растительным</b>	<b>40/60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Капуста морская мороженная		21,0	33*	32,0	50*
	Клюква (или брусника)		5,3	5,0	8,0	7,50
	Масло растительное		2,5	2,5	3,0	3,00
	<b>выход</b>			<b>40,0</b>		<b>60,00</b>
	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b>	<b>170/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		69	45	77	51
	Морковь (с 1 января) 25%		13	9,6	17,2	12,8
	Лук репчатый		11,1	9,0	12,5	10,2
	Масло растительное		2,0	2,0	2,5	2,5
	Вода		120,0	120,0	#####	136,0
	<i>Фрикадельки мясные № 114:</i>		0	20,0	-	30,0
	Говядина б/к		25,5	23,0	37,7	34,0
	Лук репчатый		2,4	2,0	3,6	3,0
	Вода		2,0	2,0	3,0	3,0
	Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,06 шт.	2,4
	Укроп столовый свежий		6,0	4,5	7,5	5,5
	<b>Выход, г</b>			<b>170</b>	0	<b>200</b>
	<b>Бефстроганов из отварного мяса</b>	<b>100/110</b>				
	Говядина б/к		90,0	80,0	97,0	87
	<i>Масса отварного мяса</i>		-	55,0	0	60,0
	<i>Соус сметанный №354:</i>		-	45,0	-	50,0
	Мука пшеничная		3,4	3,4	4,0	4,0
	Соль		0,4	0,4	0,44	0,44
	<b>Сметана</b>		10,0	10,0	11	11,0
	<b>Выход, г</b>			<b>100</b>		<b>110</b>
	<b>Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)</b>	<b>105/115</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Крупа гречневая		48,0	47,6	53,0	52,4
	Соль		0,25	0,25	0,3	0,3
	Масло сливочное		3,0	3,0	3,5	3,5
	<b>Выход, г</b>		0	<b>105</b>	0	<b>115</b>
	<b>Компот из сушеных фруктов изюм</b>	<b>150/180</b>				
	Фрукты сушеные (изюм)		15,0	24,0	18,0	28,8
	Сахар		8,3	8,3	10,0	10,0
	Вода		152,0	152,0	#####	183,0
	<b>Выход, г</b>			<b>150,00</b>		<b>180,00</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>						

<b>Пирожок печеный с картофелем и луком</b>	<b>60/70</b>				
Мука пшеничная в/с		30,0	30,0	35,0	35,0
Сахар		1,6	1,6	1,8	1,8
Масло сливочное		1,4	1,4	1,6	1,6
Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,05 шт.	1,9
Соль		0,5	0,5	0,6	0,6
Дрожжи сухие		0,33	0,33	0,4	0,4
Вода		12,1	12,1	14,0	14,0
<i>Масса полуфабриката :</i>		0	47,0	0	54,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,3	1,3
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,2	0,04 шт.	1,4
<i>Фарш № 757:</i>		0	20,0	0	23,3
картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		28,5	18*	33,2	21*
лук репчатый		6,2	2,6*	7,2	3*
масло растительное		1,0	1,0	1,2	1,2
Масло растительное (для смазывания листов)		0,3	0,3	0,40	0,40
<b>Выход, г</b>		0	<b>60</b>	0	<b>70</b>
<b>Молоко обогащенное йодказеином "Умница"</b>	<b>160/185</b>	4160,0	<b>160,0</b>	185,0	<b>185,00</b>

**Ужин**

<b>Винегрет с сельдью, яслям без селедки</b>	<b>40/60</b>				
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		13,7	10*	16,4	12*
Морковь (до 1 января) 20%		7,8	6*	17,6	12*
Свекла (с 1 января) 25%		10,2	8*	9,4	7*
Огурцы консервированные		10,0	8	10,0	8,00
Лук репчатый		7,2	6**	8,4	7**
Масло растительное		2,8	2,8	4,0	4,00
Сельдь соленая				31,2	15,00
<b>Выход, г</b>			<b>40,0</b>	<b>0,0</b>	<b>60,00</b>
<b>Голубцы ленивые с соусом (115/25)</b>	<b>125/140</b>	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Капуста свежая белокачанная		83	66	87	69
Говядина б/к		47,0	42,0	49,0	44,0
Крупа рисовая		5,5	16*	6,0	17*
Лук репчатый		11,0	9,2	11,5	9,6
Масло сливочное		2,5	2,5	3	3,0
<i>Масса припущенного лука с маслом</i>		-	9,2	-	9,6
Яйцо		0,1 шт.	4,0	0,11 шт.	4,2
<i>Масса полуфабриката</i>		-	133,0	-	139,0
<i>Масса тушеных голубцов</i>		-	110,0		115,0
<b>Соус сметанный № 354</b>			15,0		25,0
<b>сметана</b>		3,8	3,8	6,3	6,3
мука пшеничная		1,13	1,13	1,4	1,4
вода или отвар		11,3	11,3	18,8	18,8
<i>масса белого соуса</i>		0	11,3	0	18,8
соль		0,12	0,12	0,2	0,2
<b>Выход, г</b>		0	<b>125</b>		<b>140</b>
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/7</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>180/10</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар		7	7	10	10
<b>Выход, г</b>			<b>150/7</b>		<b>180/10</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 17)**

# День:	2	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	4	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %

Л р е ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход продуктов	
			ясли	сад

Завтрак

<b>Макаронные изделия отварные с маслом и тертым сыром (140/5/25)</b>	<b>150/170</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Макаронные изделия		45,0	45,0	50,0	50,0
<i>Масса отварных макарон</i>		-	128,0	0	143,0
Сыр		22,0	20,0	27,0	25,0
Масло сливочное (на полив)		3,0	3,0	3,5	3,5
<b>Выход, г</b>		0	150	0	170
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Сахар		8,0	8,0	10,0	10,0
<b>Молоко</b>		92,0	92,0	#####	110,0
Вода		65,0	65,0	80,0	80,0
<b>Выход, г</b>		-	#####	-	180,0
<b>Мандарин</b>	<b>40/80</b>	50,0	40,0	100	80,00
<b>Завтрак2</b>					
)-( <b>Сок яблочный осветленный</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>					
<b>Салат из помидоров с луком с растительным маслом</b>	<b>40/60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Помидоры свежие		34,0	29,0	51,0	43,0
Лук зеленый		11,5	9,2	17,0	13,0
или лук репчатый		11	9,2	15,5	13,0
Масло растительное		3,0	3,0	4,5	4,5
<b>Выход, г</b>			40	0	60
<b>Суп рыбный (с пшеном)</b>	<b>150/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Консервы рыбные в собственном соку (лосось)		24	24	32	32
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		56,0	42	74,7	56
Морковь (до 1 января) 20%		13,0	10,0	17,3	13,3
Пшено		3,0	3,0	4,0	4,0
Лук репчатый		5,7	4,8	7,6	6,4
Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
Укроп столовый свежий		6,0	4,5	7,5	5,5
<b>Выход, г</b>			150	0	200
<b>Зрза куриная с омлетом и овощами</b>	<b>60/80</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		78,0	34*	106,0	46*
Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
Хлеб		7,3	7,3	10,0	10,0
<b>Молоко</b>		10,0	10,0	13,6	13,6
<i>Масса котлетной массы</i>		0	53,0	0	72,0
Фарш:					
яйцо		0,11 шт.	4,6	0,16 шт.	6,3
вода		1,8	1,8	2,4	2,4
морковь (до 1 января) 20%		6,4	5,1**	8,4	7**
морковь (с 1 января) 25%		6,6	5,1**	8,8	7**
кабачки		8,3	4,6**	11,3	6,2**
масло сливочное		0,9	0,9	1,2	1,2
<i>Масса фарша</i>		-	13,7	0	18,6
<i>Масса полуфабриката</i>		-	66,0	0	90,0
<i>Масса готовых зраз</i>		-	55,0	-	75,0
Масло сливочное		-	5,0	-	5,0
<b>Выход, г</b>		0	60	0	80
<b>Картофель, запеченный в сметанном соусе</b>	<b>100/110</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		110	72/70*	121	79/77*
<b>Соус №354:</b>			40,0		44,0
<b>сметана</b>		10,0	10,0	11,0	11,0
мука пшеничная		3,0	3,0	3,3	3,3
вода или отвар		30,0	30,0	33,0	33,0
<i>Масса белого соуса</i>			30,0		33,0
Соль		0,3	0,3	0,33	0,33
Сыр		2,2	2,0	2,4	2,2
Масло сливочное		2,0	2,0	2,2	2,2
<b>Выход, г</b>		0	100	0	110
<b>Кисель из ягод (брусника)</b>	<b>150/170</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Брусника		15,8	15,0	18,9	18,0
Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		140,0	140,0	#####	167,4
Крахмал		7,0	7,0	8,1	8,1
<b>Выход, г</b>		-	#####	-	170,0

Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20/35				
Хлеб ржано-пшеничный	20/25				
<b>Полдник</b>					
Булочка "Розовая"	50/70				
Мука пшеничная в/с		35,0	35,0	49,0	49,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	1,5	1,5
Сахар-песок		1,7	1,7	2,3	2,3
Яйцо		0,04 шт.	1,6	0,05 шт.	1,9
Масло сливочное		1,1	1,1	1,5	1,5
Соль		0,6	0,6	0,8	0,8
Дрожжи сухие		0,3	0,3	0,4	0,4
свекла (до 1 января) 20%		3,6	2,8*	5,1	4*
свекла (с 1 января) 25%		3,8	2,8*	5,4	4*
Яйцо (для смазки)		0,02 шт.	0,8	0,03 шт.	1,1
<b>Выход, г</b>		0	50	0	70
<b>Варенец с лактулозой</b>	<b>150/180</b>	160,0	#####	#####	<b>180,0</b>
<b>Ужин</b>					
Тефтели рыбные с соусом (60/20)	65/80				
Филе минтая или трески		38,0	34,0	46,0	41,0
Хлеб пшеничный		8,3	8,3	10,0	10,0
Молоко		14,0	14,0	16,0	16,0
Мука пшеничная		3,3	3,3	4,0	4,0
Масло растительное		2,0	2,0	2,7	2,7
Яйцо		0,06 шт.	2,5	0,08 шт.	3,1
Масса полуфабриката		0	59,2	0	71,0
Масса запеченных тефтелей		0	50,0	0	60,0
<b>Соус сметанный №354:</b>		0	15,0	0	20,0
мука пшеничная		1,13	1,13	1,5	1,5
вода или отвар		11,3	11,3	15,1	15,1
Масса белого соуса		0	11,3	0	15,1
соль		0,12	0,12	0,16	0,16
сметана		3,8	3,8	5,1	5,1
<b>Выход, г</b>			65	0	80
<b>Рагу овощное</b>	<b>100/120</b>				
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		25,0	20,0	30,0	24,0
Морковь (до 1 января) 20%		23/18,4	12,4	27/22.	15,0
Кабачки		20,0	13,4	22,0	14,7
Капуста цветная замороженная		12,0	11,7	14,5	14,0
Горошек зеленый консервированный		12,3	8,0	14,7	9,6
Лук репчатый		23,8/20	10,0	28,6/24	12,0
<b>Соус №354:</b>		-	30,0	-	36,0
сметана		5,0	5,0	6,0	6,0
мука пшеничная		2,3	2,3	2,7	2,7
вода или отвар		22,5	22,5	27,0	27,0
Масса белого соуса:		-	22,5	-	27,0
Соль		0,24	0,24	0,29	0,29
Масло сливочное		2,0	2,0	2,4	2,4
Петрушка свежая листовая		3,0	2,4	3,6	3,0
<b>Выход, г</b>		0	100	0	120
<b>Чай с лимоном</b>	<b>180/10/7</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный	150/7/3,5	0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
Сахар		7	7	10	10
Вода		130	130	150	150
Лимон свежий		4	3,5	8	7
<b>Выход, г</b>		-	150/7/3,5	-	180/10/7
Хлеб ржано-пшеничный	20/25				
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20/20				
Мармелад	20/20				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 18)**

# День:	3	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	4	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
	с 1 сентября по 1 марта		

№ р е	Принем пищи наименование блюда	Масса	расход продуктов

с	проект меню, наименование блюда	порции	ясли		сад	
ц						
	<b>Завтрак</b>					
	<b>Запеканка из творога</b>	<b>75/100</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	<b>Творог</b>		71,0	70,0	94	93
	Крупа манная		4,5	4,5	6	6
	Сахар		6,0	6,0	8	8
	Яйцо		1/13 шт.	3,0	1/10 шт.	4
	Масло сливочное		2,5	2,5	3,3	3,3
	Сухари		3,0	3,0	4	4
	Сметана		3,0	3,0	4	4
	<b>Выход, г</b>			<b>75</b>	<b>0</b>	<b>100</b>
	<b>Соус абрикосовый</b>	<b>20/25</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Курага		2,5	2,2	3	2,7
	Сахар		10,0	10,0	12	12
	Вода для кураги		8,0	8,0	10	10
	Лимон (для получения сока)		0,5	0,5	0,6	0,6
	Крахмал картофельный		1,0	1,0	1,3	1,3
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150/180</b>				
	Кофейный напиток		2,0	2,0	3,0	3,0
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		75,0	75,0	90,0	90,0
	Вода		90,0	90,0	#####	108,0
	<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
	<b>Груша</b>	<b>100/120</b>	<b>110,0</b>	<b>100,0</b>	<b>132,0</b>	<b>120,00</b>
	<b>Завтрак2</b>					
	<b>Нектар из смеси фруктов и овощей</b>	<b>100</b>				
	<b>Обед</b>					
	<b>Салат из белокачанной капусты с морковью</b>	<b>40/60</b>				
	Капуста белокачанная		45,0	36,0	68,0	54,0
	Лук зеленый		5,0	4,0	7,5	6,0
	Морковь (до 1 января) 20%		3,8	3,0	5,7	4,5
	Лимон (для получения сока)		0,6	0,6	1,0	1,0
	Сахар		2,0	2,0	3,0	3,0
	Масло растительное		2,0	2,0	3,0	3,0
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>40</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
	<b>Суп гороховый с птицей (185/15)</b>	<b>165/200</b>				
	Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		40	30,0	48,0	36,0
	Морковь (до 1 января) 20%		7,5	6,0	9,1	7,2
	Лук репчатый		7,2	6,0	8,6	7,2
	Горох		12,2	12,0	14,6	14,4
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Укроп свежий столовый		6,0	4,5	7,5	5,5
	<b>Выход, г</b>			<b>165</b>	<b>0</b>	<b>200</b>
	<b>Котлета мясная, запеченная с соусом молочным</b>	<b>55/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Говядина б/к		30,0	27,0	38,6	35,0
	Хлеб пшеничный		6,7	6,7	8,6	8,6
	<b>Молоко</b>		8,3	8,3	10,7	10,7
	<i>Котлетная масса</i>		-	42,0	-	54,0
	<i>Соус густой молочный для фарширования:</i>		-	18,0	-	24,0
	<b>МОЛОКО</b>		13,5	13,5	18,0	18,0
	масло сливочное		2,3	2,3	3,0	3,0
	мука пшеничная		2,3	2,3	3,0	3,0
	вода		2,7	2,7	3,6	3,6
	соль		0,1	0,1	0,13	0,13
	Сыр		1,8	1,7	2,3	2,2
	Масло растительное		3,0	3,0	3,8	3,8
	<i>Масса полуфабриката</i>		-	65,0	-	85,0
	<i>Масса запеченной котлеты</i>		-	52,0	-	67,0
	Масло сливочное (на полив)		-	3,0	-	3,3
	<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>55</b>	<b>-</b>	<b>70</b>
	<b>Овощи отварные с маслом сливочным</b>	<b>100/110</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Капуста цветная замороженная		50,0	49,0	55,0	54,0
	Фасоль овощная замороженная		30,0	29,0	33,0	32,0
	Морковь (до 1 января) 20%		38,0	30,0	42,0	33,0
	Морковь (с 1 января) 25%		40,0	30,0	44,0	33,0
	<i>Масса отварных овощей</i>		<b>0</b>	<b>97</b>	<b>0</b>	<b>107,0</b>



Масло сливочное		3,0	3,0	3,0	3,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)</b>	<b>150/180</b>				
Фрукты сушеные (смесь)		15,0	37,5	18,0	45,0
Сахар		8,3	8,3	10,0	10,0
Вода		152,0	152,0	#####	183,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Булочка "Веснушка"</b>	<b>50/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Мука пшеничная в/с		35,0	35,0	49,0	49,0
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		0,7	0,7	1,0	1,0
Дрожжи сухие		0,4	0,4	0,56	0,56
Соль		0,40	0,40	0,56	0,56
Сахар		3,5	3,5	4,8	4,8
Масло сливочное		3,20	3,20	4,40	4,40
Яйцо (для смазки)		0,03 шт	1,1	0,04 шт	1,54
Изюм		1,8	1,8	2,5	2,50
<b>Итого сырья</b>		<b>-</b>	<b>47,0</b>	<b>-</b>	<b>66,0</b>
Вода		14,3	14,3	20,0	20,0
<b>Масса полуфабриката</b>		<b>-</b>	<b>59,0</b>	<b>-</b>	<b>82,0</b>
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>50</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Снежок</b>	<b>150/180</b>	162,0	<b>150,0</b>	195,0	<b>180,0</b>
<b>Ужин</b>					
<b>Биточки рубленые из птицы (цыплята)</b>	<b>60/70</b>				
Цыпята - бройлеры 1 категории потр.		96,0	44,0	112,0	51,0
Хлеб		11,0	11,0	12,8	12,8
<b>Молоко</b>		16,0	16,0	18,6	18,6
Сухари		6,0	6,0	7,0	7,0
<b>Масса полуфабриката</b>		<b>-</b>	<b>75,0</b>	<b>0</b>	<b>87,0</b>
Масло сливочное		2,0	2,0	2,3	2,3
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Соус молочный с луком</b>	<b>15/30</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
<b>Молоко</b>		11,3	11,3	22,6	22,6
Масло сливочное		0,8	0,8	1,6	1,6
Мука пшеничная		0,8	0,8	1,6	1,6
Вода		3,7	3,7	7,4	7,4
Сахар		0,15	0,15	0,30	0,30
Соль		0,15	0,15	0,3	0,3
Лук репчатый		20,0	15,0	40,0	30,0
Масло сливочное		2,0	2,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>30</b>
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>100/120</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Макаронные изделия		35,0	35,0	42,0	42,0
Вода		210,0	210,0	252,0	252,0
Соль		1,0	1,0	1,3	1,3
масса отварных макарон		0	97,0	0	116,0
Масса готовой каши					
Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
<b>Дополнительный гарнир: огурец свежий</b>	<b>20/25</b>	21	20	26	25
<b>Чай с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный		0,2	0,2	0,3	0,3
вода,мл		21,6	21,6	32,4	32,4
Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
Вода		40,0	40,0	60,0	60,0
<b>Молоко</b>		92	90	92	90
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>180</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 19)**

# День:	4	Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%	Морковь (до 1 января) 20%
Неделя:	4	Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%	Морковь (с 1 января) 25%
Сезон:	Основной	Картофель (с 1.01 по 28-29.02) 3	Свекла (до 1 января) 20 %
растная категория:	3-7 лет	Картофель (с 1.03.) 40%	Свекла (с 1 января) 25 %
	с 01 сентября по 01 марта		

№ р е	Прием пищи. наименование блюда	Масса	расход продуктов

ц	наименование блюда	порции	ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
	<b>Каша вязкая молочная (из пшена и крупы гречневой) с яблоками</b>	<b>150/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	<b>Крупа гречневая</b>		26,0	26,0	35	35
	Пшено		6,0	6,0	7,0	7,0
	<b>Молоко</b>		82,0	82,0	108,0	108,0
	Вода		20,0	20,0	26,0	26,0
	<i>Масса каши</i>		0	126,0	0	167,0
	<b>Сироп:</b>					
	сахар		3,0	3,0	4,0	4,0
	вода		15,0	15,0	18,0	18,0
	<b>Масса сиропа</b>		0	15,0	0	20,0
	Яблоки свежие		20,0	11,0	26,0	15,0
	<i>Масса припущенных яблок с сиропом</i>		0	25,0	0	33,0
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Сметана</b>		3,0	3,0	4,0	4,0
	<i>Масса полуфабриката</i>		0	157,0	0	208,0
	<i>Выход, г</i>		0	150	0	200
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>10/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
	<b>Чай зеленый с молоком с сахаром</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Чай сухой зеленый в/с, 1с		3,0	3,0	3,6	3,6
	Сахар		7,0	7,0	10,0	10,0
	Вода		70,0	70,0	80,0	80,0
	<b>Молоко</b>		80	75*	100	95*
	<i>Выход, г</i>		0	150	0	180
	<b>Банан</b>	<b>80</b>	133,0	<b>80,0</b>	133	<b>80,00</b>
<b>Завтрак2</b>						
	<b>Нектар тыквенный с мякотью</b>	<b>100</b>				
<b>Обед</b>						
	<b>Салат зеленый с помидорами и сладким перцем с</b>	<b>40/60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Салат зеленый		20,0	16,0	30,0	24,0
	Помидоры свежие		20,0	17,0	30,0	25,0
	Перец овощной сладкий		10,0	7,5	15,0	11,0
	Лук зеленый		6,0	4,8	9,0	7,2
	Масло растительное		3,5	3,5	5,2	5,2
	<i>Выход, г</i>		0	40	0	60
	<b>Борщ сибирский</b>	<b>165/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Говядина б/к		15,5	11,5	31	23
	Лук репчатый		2	1,6	4	3,2
	Вода		1	1	2	2
	Яйцо		0,02 шт.	0,8	0,04 шт.	1,6
	Масса отварных фрикаделек		0	10	0	20
	Вода		105	105	120	120
	Морковь (с 1 января) 25%		13,5	10	16,0	12,0
	Свекла (с 1 января) 25%		32,0	24,0	39,0	29,0
	Капуста свежая		20,0	16,0	24,0	19,0
	Лук репчатый		5,7	4,8	6,5	5,4
	Томатное пюре		0,0	0,0	2,2	2,2
	Масло растительное		3,0	3,0	4,0	4,0
	Фасоль консервированная		10,0	10,0	11,3	11,3
	Сахар		1,0	1,0	1,1	1,1
	Чеснок		0,9	0,7	1,0	0,8
	Сметана		5,0	5,0	6,0	6,0
	<i>Выход, г</i>			165	0	200
	<b>Филе минтая, запеченное в молочном соусе</b>	<b>55/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Филе минтая		35,0	34,0	45,0	43,00
	Масса припущенной рыбы		0,0	27,5	0,0	35,00
	Масло растительное		2,0	2,0	2,7	2,70
	Яйцо		0,12 шт.	5,0	0,16 шт.	6,40
	Сыр		2,9	2,8	3,8	3,50
	<b>Соус молочный:</b>		0,0	25,0	0,0	32,00
	молоко		12,5	12,5	16,0	16,00
	масло сливочное		2,5	2,5	3,2	3,20
	мука пшеничная		2,8	2,8	3,5	3,50
	вода		12,5	12,5	16,0	16,00
	соль		0,2	0,2	0,3	0,26
	яйцо		0,05 шт.	2,0	0,06 шт.	2,60

Масса полуфабриката		0,0	61,0	0,0	78,00
Выход, г		0,0	<b>55,0</b>	0,0	<b>70,00</b>
<b>Пюре картофельное</b>	<b>110/120</b>				
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		144,0	94,0	#####	103,0
<b>Молоко</b>		18,0	18,0	20,0	20,0
Масло сливочное		3,3	3,3	3,6	3,6
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>110</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
<b>Компот из ягод (черная смородина)</b>	<b>150/180</b>				
Смородина черная		22,5	22,5	27,0	27,0
Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		130,0	130,0	#####	155,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/30</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				

#### Полдник

<b>Булочка "Янтарная"</b>	<b>50/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Мука пшеничная в/с,		27,0	27,0	38,0	38,0
в том числе на заварку		0,3	0,3	0,4	0,4
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		1,1	1,1	2,2	2,2
Сахар		5,0	5,0	1,5	1,5
Масло растительное		1,4	1,4	2,0	2,0
Яйцо		0,05 шт.	2,0	0,07 шт.	2,8
Творог		8,5	8,4	12,0	11,8
морковь (до 1 января) 20%		7,0	5,5*	9,8	7,7*
морковь (с 1 января) 25%		7,4	5,5*	10,4	7,7*
Дрожжи сухие		0,31	0,31	0,42	0,42
Соль		0,25	0,25	0,35	0,35
Яйцо (для смазки)		0,03 шт.	1,33	0,04 шт.	1,86
Ванилин		0,02	0,02	0,03	0,03
Вода		8,30	8,30	#####	11,60
Итого сырья		-	63,0	-	88,0
<i>Масса полуфабриката</i>			58,0		81,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>50</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Ряженка</b>	<b>150/180</b>	160,0	150,0	185,0	180,00

#### Ужин

<b>-9</b>	<b>60</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Кукуруза консервированная		0	0	79,7	55,8
Сахар		0	0	1,2	1,2
Масло растительное		0	0	2,6	2,6
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
<b>алат из свежих огурцов и горошка зеленого с маслом</b>	<b>40</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Огурцы свежие		29	23	0	0
Горошек консервированный		15	10,0	0	0
Петрушка листовая свежая		6,0	4,8	0	0
Масло растительное		3,5	3,5	0	0
<b>Выход, г</b>			<b>40</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Пудинг из говядины</b>	<b>60/70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Говядина б/к		66,0	59,0	80,0	71,0
<i>Масса отварного мяса</i>		-	41,0	0	50,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,5	3,5
Яйцо		0,16 шт.	6,4	0,19 шт.	7,6
Молоко		11,0	11,0	13	13,0
<i>Масса полуфабриката</i>		-	61,0	-	72,0
Масло сливочное		1,0	1,0	1,2	1,2
<i>Масса готового пудинга</i>		-	57,0	-	67,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,5	3,5
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>Пюре морковное</b>	<b>100/110</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Морковь (до 1 января) 20%		112,0	90,0	#####	99,0
Морковь (с 1 января) 25%		120,0	90,0	#####	99,0
Сахар		2,5	2,5	2,7	2,7
<i>Масса тушеной моркови</i>		-	80,0	-	88,0
Молоко		24,0	24,0	27,0	27,0
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/7</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>180/10</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар		7	7	10	10
<b>Выход, г</b>			<b>150/7</b>		<b>180/10</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				

**Примерное меню и пищевая ценность блюд (лист 20)**

# День: 5  
Неделя: 4  
Сезон: Основной

с 01 сентября по 01 марта

растная категория: 3-7 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	расход дети			
			ясли		сад	
<b>Завтрак</b>						
2	Каша манная молочная жидкая	150/200	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Крупа манная		22,0	22,0	29,0	29,0
	Жидкость: (по 1 колонке)		126,0	126,0	167	167
	Вода (0%)		0,0	0,0	0	0
	<b>Молоко (100%)</b>		126,0	126,0	167	167
	Соль		0,5	0,5	0,6	0,6
	Сахар		4,5	4,5	6,0	6,0
	<i>Масса готовой каши</i>		0	147,0	0	196
	Масло сливочное		3,0	3,0	4,0	4,0
	<b>Выход, г</b>		0	<b>150</b>	0	<b>200</b>
	<b>Сыр полутвердый</b>	<b>15/10</b>				
	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.</b>	<b>7/10</b>				
	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>30/20</b>				
	<b>Какао с молоком</b>	<b>150/180</b>				
	Сахар		8,0	8,0	10,0	10,0
	<b>Молоко</b>		92,0	92,0	#####	110,0
	Вода		65,0	65,0	80,0	80,0
	<b>Выход, г</b>		-	#####	-	<b>180,0</b>
<b>Завтрак2</b>						
0-1	Сок яблочно-морковный	100	100,0	100	100,0	100,00
<b>Обед</b>						
	<b>Салат из свеклы и горошка зеленого</b>	<b>40/60</b>				
	Свекла (до 1 января) 20%		27,0	20,0*	40,0	30,0*
	Горошек зеленый консервированный		15,4	10,0	23,1	15,0
	Яблоки свежие		8,2	7,2	12,3	10,8
	Лук репчатый		2,4	2,0	3,6	3,0
	Масло растительное		3,5	3,5	4,5	4,0
	<b>Выход, г</b>		0	<b>40</b>	0	<b>60</b>
	<b>Суп-лапша домашняя</b>	<b>160/200</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Лапша домашняя (подсушенная):		0	13	0	16
	мука пшеничная		11,4	11,4	14	14
	мука пшеничная (на подпыл)		0,8	0,8	1	1
	яйца		0,08 шт.	3,3	0,1 шт.	4
	вода		2,3	2,3	2,8	2,8
	соль		0,3	0,3	0,4	0,4
	<i>Масса вареной лапши</i>		0	32	0	40
	<i>Бульон:</i>		0	154	0	192
	цыплята - бройлеры 1 категории потр.		30	26,4	45,0	39,6
	вода		200,0	200,0	250,0	250,0
	морковь (до 1 января) 20%		3,3	2,6	4	3,3
	морковь (с 1 января) 25%		3,5	2,6	4,1	3,3
	лук репчатый		3,2	2,6	4	3,3
	Морковь (до 1 января) 20%		7,7	6,4	9,6	8,0
	Морковь (с 1 января) 25%		7,7	6,4	9,6	8,0
	Лук репчатый		7,7	6,4	9,6	8,0
	Масло сливочное		2,0	2,0	2,7	2,7
	Укроп свежий		6,0	4,5	7,5	5,5
	<b>Выход, г</b>			<b>160</b>	0	<b>200</b>
	<b>Суфле куриное</b>	<b>60/75</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
	Цыплята - бройлеры 1 категории потр.		118/87*	38**	148/108*	48**
	Яйцо		0,25 шт.	10,0	0,3 шт.	12,5
	Масло растительное для смазки формы		2,0	2,0	2,5	2,5
	Соус молочный густой для фарширования № 353:		-	15,0	-	19,0
	молоко		11,3	11,3	14,3	14,3
	масло сливочное		2,0	2,0	2,5	2,5
	мука пшеничная		2,0	2,0	2,5	2,5
	вода		2,2	2,2	2,8	2,8
	соль		0,12	0,12	0,15	0,15
	<i>Масса полуфабриката</i>		-	62,0	0	76,0
	<i>Масса готового суфле</i>			57,0	-	71,0
	Масло сливочное (на полив)		-	3,0	-	4,0

<b>Выход, г</b>		0	60	0	75
<b>Рис отварной</b>	<b>100/110</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Крупа рисовая		35,7	35,7	42,8	42,8
Вода, л		214,0	214,0	257,0	257,0
Соль		2,10	2,10	2,6	2,6
Масса готовой каши		0	100,0	0	110,0
Масло сливочное		3,0	3,0	3,3	3,3
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Компот из ягод (клюква)</b>	<b>150/180</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Клюква		22,5	22,5	27,0	27,0
Сахар		15,0	15,0	18,0	18,0
Вода		130,0	130,0	#####	155,0
<b>Выход, г</b>		<b>-</b>	<b>#####</b>	<b>-</b>	<b>180,0</b>
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>30/20</b>				
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>25/20</b>				
<b>Полдник</b>					
<b>Сосиска, запеченная в тесте(саду)</b>	<b>70</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Сосиски молочные		0	0	40	39
Тесто дрожжевое № 736:		0	0	0	41
Мука пшеничная в/с		0	0	26	26
Сахар		0	0	1,8	1,8
Масло сливочное		0	0	0,8	0,8
Соль		0	0	0,4	0,4
Дрожжи сухие		0	0	0,3	0,3
Вода		0	0	12,3	12,3
Масса полуфабриката :		0	0	0	80
Мука пшеничная в/с (на подпыл)		0	0	1,1	1,1
Масло растительное		0	0	1	1
Яйцо (для смазки)		0	0	0,05 шт.	2,1
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>70</b>
<b>печенье (ясли)</b>	<b>45</b>	45	45	0	-
<b>Кефир</b>	<b>150/180</b>	160,0	150,0	185,0	180,0
<b>Ужин</b>					
<b>Гуляш из говядины</b>	<b>90/100</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Говядина б/к		73,0	65,0	81,0	73,0
Масса отварного мяса		-	45,0	0	50,0
Морковь (до 1 января) 20%		11,0	9,0	13,0	10,0
Морковь (с 1 января) 25%		12,0	9,0	13,5	10,0
Перец овощной сладкий		13,3	10,0	15,0	11,0
Помидоры свежие		15,0	12,0	16,6	13,3
Лук репчатый		9,0	7,5	10,0	8,3
Масло сливочное		3,0	3,0	3,3	3,3
Мука пшеничная		2,3	2,3	2,5	2,5
Овощной отвар или вода или бульон		-	30,0	0	33,0
Масса соуса		-	45,0	-	50,0
Петрушка листовая свежая		3,0	2,4	3,4	2,7
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>100</b>
<b>Картофель в молоке</b>	<b>90/110</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>	<b>брутто,г</b>	<b>нетто,г</b>
Картофель (с 1.09. по 31.10) 25%		90,0	68,0	#####	83,0
Картофель (с 1.11. по 31.12) 30%		97,0	68,0	#####	83,0
Картофель (с 1.01. по 28-29.02) 35%		105,0	68,0	#####	83,0
Картофель (с 1.03) 40%		113,0	68,0	#####	83,0
Молоко		27,0	27,0	33,0	33,0
Масло сливочное		1,8	1,8	2,2	2,2
Мука пшеничная		0,9	0,9	1,1	1,1
<b>Выход, г</b>		<b>0</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>110</b>
<b>Дополнительный гарнир: огурец свежий</b>	<b>20/25</b>	36,40	20,00	45,50	25,00
<b>Чай с сахаром</b>	<b>150/7</b>				
чай в/с или 1 с сухой черный	<b>180/10</b>	0,2	0,2	0,3	0,3
Сахар		7	7	10	10
<b>Выход, г</b>			<b>150/7</b>		<b>180/10</b>
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	<b>20/25</b>				
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>	<b>20/20</b>				