

Утверждаю
Директор
МБОУ Забитуйская СОШ
В.Е. Аганаева
2023 год



МБОУ Забитуйская СОШ

Примерное 10-ти дневное
Перспективное меню
на 2023 – 2024 учебный год

с 11 до 18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Брутто	Нетто	Выход блода	Пищевые вещества			Энергия, ккал
					Белки	Жиры	Углеводы	
1 день								
Завтрак								
181	Каша молочная манная	29,5	29,5	200	5,8	10,7	27,9	231,1
	Крупа манная	95	95					
	Молоко	5,7	5,7					
	Вода питьевая	71,25	71,25					
	Сахар							
	Масса каши			190				
	Масло сливочное			10				
376	Чай с сахаром	2	2	200	0,1	0	1,5	60,4
	Чай - заварка							
	Сахар	15	15					
	Вода питьевая	200	200					
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
338	Фрукты свежие п/п	105	100	100	0,4	0	12,6	52
	Яблоко свежее							
	яблоко-							
	яблоко-							
	Обед							
23	Салат из свежих помидор			100	1,1	6,1	6,9	86,9
	Помидоры свежие	84,7	72					
	Лук репчатый	27,4	23					
	Масло растительное	6	6					
102	Суп картофельный с бобовыми			250	5	5,3	21	141,7
	Картофель	66,75	50					
	Горох	20,2	20					
	Морковь	12,5	10					
	Лук репчатый	12	10					
	Масло растительное	5	5					
	Вода	175	175					
511	Бульон мясной			175				
	Курица	67	67					
	Вода питьевая	212,5	212,5					
	Лук	4	3,4					
	Морковь	4,2	3,4					
	Соль	1	1					

229	Рыба, тушенная в томате с овощами		100	9,1	4,8	4,8	98,8
	Минтай	123	62				
	- Масло гомяковой рыбки	-	50				
	Лук репчатый	10	8				
	Морковь	23	18				
	Томат-паста	10	10				
	Масло растительное	5	5				
	Раствор лимонной кислоты	2,5	2,5				
	Сахар	2	2				
	Вода питьевая	19	19				
	- Масло гомяковых оболочек	-	50				
305	Рис пропущенный		180	4,3	5,7	45,1	248,9
	Крупа рисовая	63	63				
	Масло сливочное	6,3	6,3				
	Вода		132,3				

349	Компот из смеси сухофруктов		200	0,08	0	21,8	87,52
	Смесь сухофруктов	20	50				
	Вода	200	200				
	Сахар	20	20				
	Кислота лимонная	0,2	0,2				
п/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7
п/п	Вафли сливочные	30	30	30	2,5	8,7	13,9
	итого:			956	28,48	31,53	143,9
	Всего в день			1552	46,98	43,16	972,49
	2 день					239,4	1510,76
	Завтрак						
362	Пудинг из творога запеченный		200	24,6	19	29,6	387,8
	Творог	129,2	127,5				
	Крупа манная	13,6	13,6				
	Яичный порошок	2,12	2,12				
	Сахар	13,6	13,6				
	Виноград сушеный (изюм)	17,3	17				
	Ванилин	0,017	0,017				
	Масло сливочное	5,1	5,1				
	Сухари	5,1	5,1				
	Сметана	5,1	5,1				
	Соус №350, 366, 351, 358, 362	-	30				

351	Соус молочный (на сгущенном молоке)		40	0,66	1,7	3,2	30,74
	Молоко сгущенное	12	12				
	Масло сливочное	2,4	2,4				
	Мука пшеничная	4	4				
	Вода	12	12				
	Ванилин	0,04	0,04				
14	Масло поршникообразное		10	0,1	8,2	0,06	74,44
	Масло сливочное	10	10				
379	Кофейный напиток	5	5	200	3,5	2,6	23,9
	Кофейный напиток						13,3
	Сахар	20	20				
	Молоко	100	100				
	Вода	120	120				
п/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7
	итого:			546	35,26	32,43	96,96
	Обед						820,75
п/п	Консервы овощные закусочные (101)		100	1,4	5,4	9,2	91
	Икра кабачковая	106	100				
97	Суп картофельный		250	2,3	2,8	21,4	120
	Картофель	150	112,5				
	Морковь	12,5	10				
	Лук репчатый	12	10				
	Масло сливочное	2,5	2,5				
	Вода или бульон	175	175				
311	Бульон мясной		175				
	Курица	67	67				
	Вода питьевая	212,5	212,5				
	Лук	4	3,4				
	Морковь	4,2	3,4				
	Соль	1	1	100	13,8	9,7	3,1
288	Птица или кролик отварные						154,9
	Бойлер-шашлык	100,2	86,4				
	Лук репчатый	3	2,4				
	петрушка корицкая	1,8	1,2				
	Соус 330		40				

	Сметана	10	10						
	Мука пшеничная	3	3						
	Вода или отвар	30	30						
	Соль	0,4	0,4						
518	Картофель отварной			180	3,6	7,3		26,6	186,5
	Картофель	239,4	180						
	Масло сливочное	6,3	6,3						
648	Кисель из концентратов на плодовых или ягодных экстрактах			200	0	0		29,5	118
	Кисель концентрированный (смесь)	24	24						
	Сахар	10	10						
	Кислота лимонная	0,2	0,2						
	Вода	190	190						
n/p	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4		11,5	57,2
n/p	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53		28,7	137,57
	итого:			926	27,5	26,13		130	865,17
	Всего в день			1472	62,76	58,56		226,96	1685,92
	3 день								
182	Каша рисовая молочная			200	7	10,9		29,4	243,7
	Рис	29,5	29,5						
	Вода питьевая	71,25	71,25						
	Молоко	95	95						
	Сахар	5,7	5,7						
	Масса каши			190					
	Масло сливочное	10	10		10	2,32	2,95		35,83
15	Сыр порционный							0	
	Сыр "Российский"	10,7	10						
382	Капкас с молоком				200	3,7	3,2		138,4
	Капкас порошок	4	4						
	Сахар	20	20						
	Молоко	100	100						
	Вода	110	110						
n/p	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4		11,5	57,2
n/p	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53		28,7	137,57
n/p	Напиток кисломолочный	210	200	200	5,8	5		10	96,6
	Йогурт								
	итого:			706	25,22	22,98		103,3	709,3
	Обед								
13	Салат из свежих огурцов			100	0,6	6		3	68,4

	Огурцы свежие	118,8	95				
	Масло растительное	6	6				
98	Суп Крестьянский			250	2,1	5,1	13,6
	Капуста белокочанная	37,5	30				108,7
	Картофель молодой	33,25	25				
	Морковь	12,5	10				
	Лук	12	10				
	Масло растительное	5	5				

	Крупа пшеничная	10	10				
	или Рис	10	10				
	или Крупа ячневая	10	10				
	или Крупа пшеничная	10	10				
	Вода питьевая	212,5	212,5				
	Сметана	6,25	6,25				
511	Бульон мясной						
	Курица	67	67				
	Вода питьевая	212,5	212,5				
	Лук	4	3,4				
	Морковь	4,2	3,4				
	Соль	1	1				
288	Птица или кролик отварные			100	13,8	9,7	3,1
	Бобиет-пшеничный	109,2	86,4				
	Лук репчатый	3	2,4				
	петрушка корень	1,8	1,2				
	Соус 330		40				
	Сметана	10	10				
	Мука пшеничная	3	3				
	Вода или отвар	30	30				
	Соль	0,4	0,4				
203	Макароны отварные			180	6,1	7,2	41
	Макароны	61,2	61,2				753,2
	Масло сливочное	5	5				
n/p	Сок сливовый	200		200	0,6	0	30,4
n/p	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5
n/p	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7
	Итого:			926	29,6	28,93	129,5
	Всего в день:			1632	54,82	51,91	232,8
	4 день						1581,57

182	Завтрак				
	Каша пшеничная молочная				
	Крупа пшеничная	38	38		
	Молоко	95	95		
	Сахар-песок	5,7	5,7		
	Вода питьевая	66,5	66,5		
	Масса каши	190			
	Масло сливочное	10	10		
14	Масло порционное	10	10		
	Масло сливочное	10	10		
378	Чай с молоком	2	2		
	Чай-заварка				
	Сахар	15	15		
	Молоко	51	50		
	Вода	150	150		
n/p	Хлеб ржано-пшеничный	36	36		
n/p	Хлеб пшеничный	60	60		
338	Фрукты свежие				
	Груша	100	100		
	яблоко				
	Обед				
23	Салат из свежих помидор				
	Помидоры свежие	84,7	72		
	Лук репчатый	27,4	23		
	Масло растительное	6	6		
164	Суп картофельный с мясными фрикадельками				
	Картофель	133,25	100		
	Морковь	12,5	10		
	Лук репчатый	12	10		
	Томат поре	2,5	2,5		
	Масло растительное	2,5	2,5		
	Вода или бульон	175	175		
	На фрикадельки:				
	Говядина	54,2	39,9		
	Лук репчатый	4,165	3,5		
	Вода	3,5	3,5		
	Яичный порошок	0,7	0,7		
					134,96
					15,44

Соль	0,23	0,23	200	19,5	8,9	19,6	
259 Жаркое по-домашнему							236,5
Курица пограшнев или цыпленок бройлер	122,2	90					
Картофель	152	114					
Лук репчатый	13,7	11,4					
Томатное пюре	6,8	6,8					
705 Напиток из плодов шиповника			200	0,4	0	23,6	96
Плоды шиповника сушеные	20	20					
Сахар	20	20					
Вода	200	200					
п/п Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
п/п Печенье	30	30	30	2,5	2,9	18,3	109,3
п/п Конфета шоколадная	15	15	15	1,5	5,2	7,6	83,1
итого:			891	39	30,63	129,64	945,23
Всего в день:			1497	54,3	52,26	230,54	1604,5
5-й день							
Завтрак			250	4,2	4,7	15,7	121,9
120 Суп молочный с макаронными изделиями							
Молоко	125	125					
Вода питьевая	105	105					
Вермишель	20	20					
Сахар	1,5	1,5					
Масло сливочное	2	2					
15 Сыр порционный			10	2,32	2,95	0	35,83
Сыр "Российский"	10,7	10					
377 Чай с лимоном			200	0,2	0	15,2	61,6
Чай заварка							
Сахар	15	15					
Лимон спелый	8	7					
Вода	200	200					
п/п Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,53	57,32
п/п Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,5	29,7	141,3
п/п Напиток кисломолочный			200	5,4	5	19,6	145
Снекок 2,5%	207	200					
ицко:			756	18,52	13,55	91,73	562,95
Обед							

71 Овощи натуральные свежие

			100	0,8	0	3,4	16,8
140	Огурцы свежие	105,2	100	250	2,9	3,5	21
	Суп картофельный с макаронными изделиями						127,1
	Макаронные изделия	10	10				
	Картофель	100	75				
	Морковь	13	10				
	Лук	12	10				
	Масло растительное	3	3				
511	Бульон мясной №511	-	190				
	Курица обработанная	58,6	58,6				
	Вода питьевая	237	190				
	Лук	4	3,4				
	Морковь	4,2	3,4				
	Соль	1	1				
245	Тефтели 2-й вариант		110	10,1	14,1	6,3	182,5
	Говядина (котлетное мясо),	52	38				
	Вода	6	6				
	Крупа рисовая	5	5				
	Лук репчатый	21	18				
	Масло растительное	3	3				
	Мука пшеничная	4	4				
	Масло растительное	3	3				
	Соус №332	50					
	Сметана	11,5	11,5				
	Мука пшеничная	3,45	3,45				
	Вода или отвар	34,5	34,5				
	Соус сметанный №330	-	46				
	Лук репчатый	11,9	10				
	Масло сливочное	1	1				
302	Каша гречневая рассыпчатая		180	9	7,5	44,8	282,7
	Гречневая крупа	80,4	80,4				
	Масло сливочное	10	10				
349	Компот из смеси сухофруктов		200	0,08	0	21,82	87,6
	Смесь сухофруктов	20	50				
	Вода	200	200				
	Сахар	20	20				
	Кислота лимонная	0,2	0,2				

п/п	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
п/п	Вафли сливочные	30	30	30	1,5	8,7	18,9	139,9
и/того:				966	30,78	35,49	144,32	1040,87
Всего в день:		1722	49,3	49,04			236,05	1603,82
б-й день:								
341	Омлет из яичного порошка	200	202	202	33,6	3,2	396	
	Яичный порошок	47,06	47,06					
	Вода	164,7	164,7					
	Масло сливочное	11,76	11,76					
	Масса готового омлета	188						
14	Масло сливочное	11,76	11,76					
	Масло порционное	10	10	10	0,1	8,2	0,1	74,6
379	Кофейный напиток	5	5	200	3,5	2,6	21,9	123
	Кофейный напиток	20	20	20				
	Сахар							

Молоко	100	100						
Вода	120	120						
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
338	Фрукты свежие			100	1,5	0	23,6	100,4
	Банан	115	100					
	яйцо:			606	31,7	45,33	91	898,77
	Обед							
71	Овощи натуральные свежие			100	1,2	0,2	4,6	25
	Помидоры свежие	105,2	100					
96	Рассольник ленинградский			250	2,1	5,1	20,5	136,3
	Картофель	100	75					
	Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	5	5					
	Морковь	12,5	10					
	Лук репчатый	6	5					
	Огурцы соленые	16,75	15					
	Масло растительное	5	5					
	Бульон или вода	187,5	187,5					
511	Бульон мясной №511							
	Птица обработанная	56,8	56,8					

	Вода питьевая	187,5	187,5		
	Лук	3,75	3,18		
	Морковь	3,75	3,18		
	Соль	0,93	0,93		
150	Плов с курицей			200	22,9
	Куры потрошеные, или щыпленок-бройлер	137,5	120,75		
	Рис	58,25	58,25		
	Масло растительное	6,75	6,75		
	Лук репчатый	15,75	8,25		
	Морковь	16,75	13,25		
	соль поваренная	0,375	0,375		
	Томат-паста	3,25	3,25		
648	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах			200	0
	Кисель концентрированный (смесь)	24	24		
	Сахар	10	10		
	Кислота лимонная	0,2	0,2		
	Вода	190	190		
п/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	45	0,53
	Итого:			846	32,6
	Всего в день:			1452	64,3
	7-й день				61,36
	Завтрак				222,6
182	Каша молочночная овсяная жидкая			200	6,8
	Геркулес	38	38		12,6
	Молоко	95	95		
	Вода питьевая	66,5	66,5		
	Сахар	5,7	5,7		
	Масло сливочное	10	10		
15	Сыр порционный			10	2,32
	Сыр "Российский"	10,7	10		2,95
376	Чай с сахаром			200	0,1
	Чай -запарка	2	2		0
	Сахар	15	15		15
	Вода питьевая	200	200		
п/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9
					0,4
					11,5
					1699,84
					118
					35,83
					60,4

п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
338	Фрукты свежие			120	0,4	0	11,4	47,2
	Груши	120	120					
	Иногда:			626	16,02	16,48	97,6	602,8
	Обед							
13	Салат из свежих огурцов			100	0,6	6	3	68,4
	Огурцы свежие	118,8	95					
	Масло пасторизованное	6	6					
88	Щи из свежей капусты с картофелем			250	3,6	5,7	11,5	111,7
	Капуста белокочанная	62,5	50					
	Картофель	40	30					
	Морковь	12,5	10					
	Лук	12	10					
	Томат-паста	2,5	2,5					
	Масло растительное	5	5					
511	Бульон мясной №511	-	200					
	Бульон мясной							
	Птица обработанная	62,8	62,8					
	Вода питьевая	200	200					
	Лук	4	3,4					
	Морковь	4,2	3,4					
	Соль	1	1					
227	Рыба пропущенная			100	11	3,5	2,3	84,7
	Минтай	153,75	77,5					
	Лук	3,7	2,5					
	Соус №330		30					
	Сметана	7,5	7,5					
	Мука пшеничная	2,25	2,25					
	Вода или отвар	22,5	22,5					
305	Рис пропущенный			180	4,3	5,7	4,5	248,9
	Крупа рисовая	63	63					
	Масло сливочное	6,3	6,3					
	Вода		132,3					
п/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
705	Напиток из плодов шиповника			200	0,4	0	23,6	96
	Плоды шиповника сушеные	20	20					
	Сахар	20	20					
	Вода	200	200					

н/п	Булочка домашняя	25	25	4,3	15,2	109,5
и/того:		951	28,8	32,43	135,9	
Всего в день:		1577	44,82	48,91	233,5	997,07
8-й день						1599,87
Молоко						
219	Сырники творожные	200	25	12,2	21,5	295,8
	Творог	183,6	180			
	Мука пшеничная	25,2	25,2			
	Яичный порошок	2	2			
	масса полугарнажата		20,5			
	Масло растительное	10,8	10,8			
	Масса готовых сырников		180			
	молоко стущенное		20			
14	Масло поршнича	10	10	0,1	8,2	0,1
	Масло сливочное					74,6
382	Какао с молоком	4	4	200	3,7	23,7
	Какао порошок					138,4
	Сахар	20	20			
	Молоко	100	100			
	Вода	110	110			
н/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	1,9	0,4	11,5
ш/п	Хлеб пшеничный	60	60	4,5	0,53	28,7
	Итого:			506	35,2	137,57
	Обед					703,57
53	Салат из свеклы с зеленым горошком		100	1,8	6	10,6
	Свекла	63,9	50			103,6
	Зеленый горошек консервированный	38,5	25			
	Яблоки свежие	25,7	18			
	Лук репчатый	6	5			
	Масло растительное	6	6			
108	Суп картофельный с курицей		250	5,2	6,2	29
	Картофель	66,75	50			192,6
	Морковь	12,5	10			
	Лук репчатый	12	10			
	Масло растительное	2,5	2,5			
	Бульон или вода	187,5	187,5			

	Клейки		65	
	Мука пшеничная	20,02	20,02	
	Масло сливочное	2,27	2,27	
	Яичный порошок	1,43	1,43	
	Вода	31,54	31,4	
	Соль	0,58	0,58	
	Масса теста		58,5	
	Масса готовых кексов		65	
511	Булон мясной			
	Птица обработанная	56,8	56,8	
	Вода питьевая	187,5	187,5	
	Лук	3,75	3	
	Морковь	3,9	3	
	Соль	0,93	0,93	
413	Капкеты, биточки, шницели рубленные		100	11,3
	Говядина (куплетное мясо)	70	51,8	
	Хлеб пшеничный	12,6	12,6	
	Молоко или вода	16,8	16,8	
	Сухари	7	7	
	Масса полуфабриката		86,8	
	Масса запеченных котлет, биточек, шницелей соус № 330		70	
	Сметана	7,5	7,5	
	Мука пшеничная	2,25	2,25	

	Вода или отвар	22,5	22,5	
534	Капуста тушеная		180	4,8
	Капуста белокочанная свежая	257,94	206,28	
	Масло сливочное	6,3	6,3	
	Морковь	4,5	3,6	
	Лук репчатый	8,6	7,2	
	Томатное пюре	10,8	10,8	
	Мука пшеничная	2,16	2,16	
	Кислота лимонная	0,16	0,16	
	Сахар	5,4	5,4	
	Лавровый лист	0,018	0,018	
349	Компот из смеси сухофруктов		200	0,08
			0	0
			21,82	87,6

	Смесь сухофруктов	20	50					
	Вода	200	200					
	Сахар	20	20					
	Кислота лимонная	0,2	0,2					
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
	Итого:			926	29,58	32,63	133,12	944,47
	Всего в день:			1432	64,78	57,16	218,62	1648,04
	9-й день							
	Завтрак							
182	Каша ячневая молочная		200	6	10,3	29,5	234,7	
	Крупа ячневая	38	38					
	Молоко	95	95					
	Вода питьевая	66,5	66,5					
	Сахар	5,7	5,7					
	– Каша рассыпчатая		190					
	Масло сливочное	10	10					
15	Сыр пармезанский	10,7	10	10	2,32	2,95	0	35,83
	Сыр "Российский"							
378	Чай с молоком	2	2	200	1,4	1,6	17,7	90,8
	Чай-заварка							
	Сахар	15	15					
	Молоко	51	50					
	Вода	150	150					
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5	57,2
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7	137,57
п/п	Напиток кисломолочный	210	200	200	3,8	5	10	96,6
	Йогурт							
	Итого			706	21,92	20,78	95,4	652,7
	Обед							
71	Овощи натуральные свежие		100	12	0,2	4,6	25	
	Помидоры свежие	105,2	100					
82	Борщ с капустой и картофелем		250	2,8	5,1	15,2	117,9	
	Свекла	50	40					
	Капуста белокочанная	25	20					
	Картофель	26,75	20					
	Морковь	12,5	10					
	Лук	12	10					
	Томат-паста	7,5	7,5					

	Масло растительное	5	5				
	Сахар	2,5	2,5				
	Булон мисной №511	-	200				
	Птица обработанная	58,6	58,6				
	Вода питьевая	200	200				
	Лук	4	3,3				
	Морковь	4,1	3,3				
	Соль	0,99	0,99				
268	Каталы, биточки, шницели рубленные			100	113	13	12,3
							211,4
	Говядина (котлетное мясо)	70	51,8				
	Хлеб пшеничный	12,6	12,6				
	Молоко или вода	16,8	16,8				
	Сухари	7	7				
	Масса полуфабриката	-	86,8				
	Мисса запеченные котлеты, биточки, шницели соус № 330	-	70				
			30				
	Сметана	7,5	7,5				
	Мука пшеничная	22,5	22,5				
	Вода или отвар	22,5	22,5				
203	Макароны отварные			180	6,1	7,2	41,4
							254,8
	Макароны	61,2	61,2				
	Масло сливочное	5	5				
648	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах			200	0	0	29,5
	Кисель концентрированный (смесь)	24	24				118
	Сахар	10	10				
	Кислота лимонная	0,2	0,2				
	Вода	190	190				
п/п	Хлеб рожано-пшеничный	36	36	36	1,9	0,4	11,5
п/п	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5	0,53	28,7
	Итого			926	27,8	26,43	143,2
	Всего в день:			1632	49,72	47,21	238,6
	10-й день						1574,57
	Завтра						
175	Каша "Црнъя бада"			200	5,8	10,5	31,3
	Рис	14	14				242,9

	Крупа пшеничная	19	19		
	Молоко	100	100		
	Вода питьевая	65	65		
	Сахар	6	6		
	Масло сливочное	5	5		
14	Масло портваний				
	Масло сливочное	10	10	0,1	8,2
377	Чай с лимоном			0,1	74,6
	Чай-запарка	2	2		
	Сахар	15	15		
	Лимон свежий	8	7		
	Вода	150	150		
n/p	Хлеб рожено-пшеничный	36	36	36	11,9
n/p	Хлеб пшеничный	60	60	60	4,5
	Ингред:			506	12,5
	Обед				19,63
20	Салат из свежих огурцов			100	0,6
	Огурцы свежие	118,8	95		6
	Масло растительное	6	6		3

113	Суп-пюре домашний				
	Лапша домашняя №118	-	20		
	Мука пшеничная	17,5	17,5		
	Мука на полын	1,2	1,2		
	Яичный порошок	1,25	1,25		
	Вода	3,5	3,5		
	Соль	0,5	0,5		
	-	-	50		
	Лук	12	10		
	Масло растительное	5	5		
	Бульон мясной №511	-	237		
	или Вода питьевая	237	237		
511	Бульон мясной				
	Птица обработанная	56,8	56,8		
	Вода питьевая	237	237		
	Лук	4	3,4		
	Морковь	4,2	3,4		
	Соль	1	1		
279	Тефтели 2-й вариант			10,1	14,1
				6,3	182,5

Говядина (котлетное мясо).	52	38		
Вода	6	6		
Крупа рисовая	5	5		
Лук репчатый	21	18		
Масло растительное	3	3		
Мука пшеничная	4	4		
Масло растительное	3	3		
Соус №532	50			
Сметана	11,5	11,5		
Мука пшеничная	3,45	3,45		
Вода или отвар	34,5	34,5		
Соус сметанный №330	-	46		
Лук репчатый	11,9	10		
Масло сливочное	1	1		
5118 Картoffель отварной	266	200		
Картодель	7	7		
Масло сливочное	7	7		
п/п Сок яблочный	200	200		
п/п Хлеб ржано-пшеничный	36	36		
п/п Хлеб пшеничный	60	60		
п/п Конфета шоколадная	50	50		
Итого	1006	29,6		
Всего в день:	1512	42,1		
Всего за 10 дней	15480	533,88		
На 1 человека в день.	1548	53,388		
Брутто	Нетто			
	Выход бюджета			
		54	55,2	216,5 (229,8)
				1573,8(1632)
				НОРМИ
	затраты	6722,25	6722,25	24,8976372
	обед	9477,48	9477,48	35,1021628
				0,25
				0,35