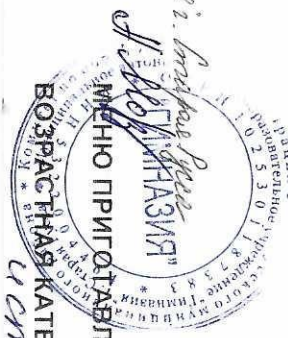


Согласовано:

Директор ММУ "Шингары". Андрей Фролов

09.07.



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ *Рецепт Любимуха*

МЕНЮ 1 день

Утверждаю
Ген. директор
Редникова А.В.

Наименование	Брутто	Нетто	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг.цен.	Цена, руб.
Обед									
Салат из моркови с яблоками									
Морковь	56,30	45,00	59 СР ОУ17	60	0,59	0,05	3,70	17,63	
Яблоки свежие	21,40	15,00							
Сахар	3,00	3,00							
Лимонная кислота	0,02	0,02							
Масло растительное	3,00	3,00							
Борщ с курицей со сметаной									
Лук репчатый	11,00	9,20	82 СР ОУ17	220	6,40	7,23	10,24	131,63	
Масло растительное	4,10	4,10							
Капуста свежая	20,50	16,40							
Картофель	21,90	16,40							
Морковь	12,30	9,20							
Сахар	2,10	2,10							
Лавровый лист	0,02	0,02							
Свекла красная	41,00	32,80							
Соль	1,20	1,20							
Лимонная кислота	0,02	0,02							
Томатная паста	6,15	6,15							
Цыплята бройлерные	26,20	26,20							
Сметана	5,00	5,00							
Каша гречневая рассыпчатая									
Греча	52,00	52,00	171 СР ОУ17	125	6,60	5,34	32,36	203,93	
Масло сливочное	5,00	5,00							
Соль	1,10	1,10							
Печень по-строгановски									
Печень	71,20	59,20	255 СР ОУ17	90	8,88	9,91	3,80	139,88	
Лук репчатый	11,90	10,00							
Масло растительное	5,00	5,00							
Мука пшеничная	3,45	3,45							
Сметана	11,50	11,50							
Соль	1,00	1,00							

Сухари панировочные
 Масло растительное
 Чеснок
Компот из свежих ягод
 Ягоды Свежие
 Сахар
 Лимонная кислота
Хлеб белый
 Батон
Хлеб черный
 Хлеб
Итого за обед

8,00
1,00
2,50

8,00
1,00
2,00

342 CP OY17

200

0,32

0,08

28,40

114,88

42,20
24,00
0,20
20,00
40,00

40,00
24,00
0,20
20,00
40,00

PP
PP

20
40
770

0,60
2,80
25,20

0,80
0,40
19,28

12,20
16,40
92,98

58,40
80,40
645,56

112,00

МЕНЮ 3 день

Наименование

№ рецептуры

Выход

Белки

Жиры

Углев.

Энерг.цен.

Цена, руб.

Салат из свеклы отварной

Обед

Свекла красная

72,72

57,00

52 CP OY17

60

0,92

3,63

5,32

57,57

Масло растительное

3,60

3,60

Соль

1,00

1,00

Чеснок

1,30

1,00

Щи из свежей капусты с курицей со сметаной

88 CP OY17

220

6,52

7,25

7,74

122,31

Соль

1,20

1,20

Масло растительное

4,10

4,10

Лук репчатый

11,00

9,20

Морковь

12,30

9,20

Капуста свежая

51,30

41,00

Картофель

32,80

24,60

Томатная паста

2,05

20,50

Лавровый лист

0,02

0,02

Цыплата бройлерные

26,20

26,20

Сметана

5,00

5,00

Картофельное пюре

128 CP OY17

150

3,32

4,35

22,37

141,93

Масло сливочное

4,50

4,50

Картофель

175,50

132,00

Молоко

24,00

22,50

Соль

1,50

1,50

Рыба жареная в сметанном соусе

230/332 CP OY17

95

11,73

8,59

4,51

142,29

Минтай филе

85,50

68,40

Мука пшеничная

5,10

5,10

Масло растительное

6,00

6,00

Компот из свежих яблок													
Сахар	24,00	24,00	342 СР ОУ17	200	0,00	0,00	23,88	95,52					
Яблоки свежие	45,40	40,00											
Лимонная кислота	0,02	0,02											
Хлеб белый													
Батон	20,00	20,00	ПР	20	0,60	0,80	12,20	58,40					
Хлеб черный													
Хлеб	40,00	40,00	ПР	40	2,80	0,40	16,40	80,40					
Итого за обед				745	32,59	29,27	105,62	816,35				112,00	

МЕНЮ 5 день

Наименование

Обед

	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. цен.	Цена, руб.
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком							
Картофель	40 СР ОУ17	60	1,85	4,23	6,82	72,79	
Горошек зеленый							
Морковь							
Яйцо							
Масло растительное							
Соль							
Суп картофельный с рыбой со сметаной							
Картофель	97 СР ОУ17	220	4,18	3,49	16,44	113,91	
Морковь							
Лук репчатый							
Масло растительное							
Минтай филе							
Соль							
Сметана							
Лавровый лист							
Макаронны отварные со сливочным маслом							
Макаронны	202 СР ОУ17	125	6,55	4,88	32,92	201,76	
Соль							
Масло сливочное							
Тфтели мясные со сметанным с томатом соусом							
Говядина	279/331 СР ОУ17	110	8,44	13,23	11,56	199,05	
Лопатка свиная							
Рис							
Лук репчатый							
Масло растительное							
Мука пшеничная							
Сметана							

Томатная паста	5,00	5,00																		
Соль	1,00	1,00																		
Лавровый лист	0,01	0,01																		
Чай с сахаром			376	СР ОУ17	200	0,00	0,00	14,93	59,70											
Сахар	15,00	15,00																		
Чай	1,70	1,70																		
Хлеб белый																				
Батон	20,00	20,00																		
Хлеб черный																				
Хлеб	40,00	40,00																		
Итого за обед																				

МЕНЮ 6 день

Обед

Наименование		№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг.цен.	Цена, руб.	
Салат из моркови с яблоками									
Морковь	56,30	45,00							
Яблоки свежие	21,40	15,00							
Сахар	3,00	3,00							
Лимонная кислота	0,02	0,02							
Масло растительное	3,00	3,00							
Борщ на мясном бульоне со сметаной									
Лук репчатый	11,00	9,20							
Масло растительное	4,10	4,10							
Капуста свежая	20,50	16,40							
Картофель	21,90	16,40							
Морковь	12,30	9,20							
Сахар	2,10	2,10							
Лавровый лист	0,02	0,02							
Свекла красная	41,00	32,80							
Соль	1,20	1,20							
Лимонная кислота	0,02	0,02							
Томатная паста	6,15	6,15							
Кости свиные	38,50	38,50							
Сметана	5,00	5,00							
Каша гречневая рассыпчатая									
Греча	52,00	52,00	171	СР ОУ17	125	6,60	5,34	32,36	203,93
Масло сливочное	5,00	5,00							
Соль	1,10	1,10							
Птица тушеная в соусе									
Филе бедра ЦБ	56,80	56,80	290/331	СР ОУ17	90	11,36	8,95	3,21	138,84

Масло растительное	2,00	2,00																		
Соль	1,00	1,00																		
Сметана	12,50	12,50																		
Мука пшеничная	3,75	3,75																		
Томатная паста	5,00	5,00																		
Компот из свежих яблок			342	CP OY17	200	0,00	0,00	23,88	95,52											
Сахар	24,00	24,00																		
Яблоки свежие	45,40	40,00																		
Лимонная кислота	0,02	0,02																		
Хлеб белый					20	0,60	0,80	12,20	58,40											
Батон	20,00	20,00																		
Хлеб черный					40	2,80	0,40	16,40	80,40											
Хлеб	40,00	40,00																		
Итого за обед					755	23,45	20,72	101,89	687,94											112,00

МЕНЮ 7 день

Обед

Наименование	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг.цен.	Цена, руб.
Салат из свежей капусты							
Капуста свежая	47	CP OY17	60	0,93	3,02	5,62	53,42
Морковь	59,16						47,30
Сахар	7,50						6,00
Масло растительное	3,00						3,00
Соль	3,00						3,00
Лимонная кислота	1,00						1,00
	0,20						0,20
Суп картофельный гороховый с курицей							
Лук репчатый	102	CP OY17	220	9,86	6,58	17,45	168,46
Морковь	11,30						9,50
Горох	12,70						9,50
Картофель	16,80						16,80
Лавровый лист	56,00						42,00
Соль	0,02						0,02
Масло растительное	1,20						1,20
Цыпленок бройлерный	4,20						4,20
Картофельное пюре							
Масло сливочное	26,20						26,20
Картофель	128	CP OY17	150	3,32	4,35	22,37	141,93
Молочко	4,50						4,50
Соль	175,50						132,00
Котлеты домашние							
Говядина	24,00						22,50
	1,50						1,50
	271	CP OY17	80	10,66	14,77	7,96	207,40
	37,00						35,00

Попатка свиная	22,60	21,40
Лук репчатый	2,30	2,00
Сухари данировочные	3,90	3,90
Яйцо	1,00	1,00
Батон	12,70	12,70
Соль	0,90	0,90
Масло растительное	3,90	3,90
Чай с сахаром		
Сахар	15,00	15,00
Чай	1,70	1,70
Хлеб белый		
Батон	20,00	20,00
Хлеб черный		
Хлеб	40,00	40,00
Итого за обед		

МЕНЮ 8 день

Обед

Наименование	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. ден.	Цена, руб.
Винегрет	67 СР ОУ17	60	0,89	6,02	5,36	79,16	
Картофель							
Свекла красная							
Морковь							
Огурец соленый							
Лук репчатый							
Горошек зеленый							
Масло растительное							
Соль							
Рассолыник Ленинградский с курицей со сметаной	96 СР ОУ17	220	6,81	7,40	14,55	152,07	
Морковь							
Картофель							
Масло растительное							
Лавровый лист							
Огуцы соленые							
Лук репчатый							
Соль							
Перловая крупа							
Выплетка бройлерные							
Сметана							
Макароны отварные со сливочным маслом	202 СР ОУ17	155	8,18	5,19	41,13	243,92	
Макароны							

22,60	21,40
2,30	2,00
3,90	3,90
1,00	1,00
12,70	12,70
0,90	0,90
3,90	3,90
15,00	15,00
1,70	1,70
20,00	20,00
40,00	40,00

17,34	12,6
11,46	9,00
7,56	6,00
15,00	12,00
10,74	9,00
9,30	6,00
6,00	6,00
1,00	1,00
11,00	8,20
82,00	61,50
4,10	4,10
0,02	0,02
13,70	12,30
4,90	4,10
1,20	1,20
4,10	4,10
26,20	26,20
5,00	5,00
62,50	62,50

376 СР ОУ17	200	0,00	0,00	14,93	59,70
Пр	20	0,60	0,80	12,20	58,40
Пр	40	2,80	0,40	16,40	80,40
770	28,17	29,92	96,93	769,71	112,00

67 СР ОУ17	60	0,89	6,02	5,36	79,16
96 СР ОУ17	220	6,81	7,40	14,55	152,07
202 СР ОУ17	155	8,18	5,19	41,13	243,92

Соль	1,50	1,50																				
Котлеты куриные рубленые со сливочным маслом																						
Филе бедра ЦБ	60,40	59,20	295 СР ОУ17	80	11,26	5,02																95,38
Батон	14,40	14,40				1,28																
Молоко	19,20	19,20																				
Лук репчатый	5,10	4,30																				
Сухари панировочные	8,00	8,00																				
Масло растительное	1,00	1,00																				
Чеснок	2,50	2,00																				
Компот из сухофруктов			349 СР ОУ17	200	0,64	0,00	33,50															136,56
Сухофрукты	20,00	20,00																				
Сахар	20,00	20,00																				
Лимонная кислота	0,02	0,02																				
Хлеб белый																						
Батон	20,00	20,00																				
Хлеб черный																						
Хлеб	40,00	40,00																				
Итого за обед				770	26,51	19,36	104,68															692,73
																						112,00

МЕНЮ 10 день

Обед

Наименование	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. ден.	Цена, руб.
Салат из свеклы отварной	52 СР ОУ17	60	0,92	3,63	5,32	57,57	
Свекла красная		72,72					
Масло растительное		3,60		3,60			
Соль		1,00		1,00			
Чеснок		1,30		1,00			
Суп овощной с курицей	99 СР ОУ17	220	6,58	6,41	9,98	123,92	
Соль		1,20		1,20			
Масло растительное		4,20		4,20			
Лавровый лист		0,02		0,02			
Лук репчатый		10,00		8,40			
Морковь		11,20		8,40			
Картофель		56,00		42,00			
Капуста свежая		21,00		16,80			
Горошек зеленый		6,30		6,30			
Цыплята бройлерные		26,20		26,20			
Рис отварной	304 СР ОУ17	125	2,94	7,29	34,15	214,04	
Рис		43,20		43,20			
Масло сливочное		5,00		5,00			
Соль		2,00		2,00			

Масло растительное	3,40	3,40																	
Курица отварная			288	CP	OY17	80	18,50	14,34	0,52	205,11									
Цыпята бройлерные	113,6	102,4																	
Дук репчатый	6,00	5,00																	
Соль	1,00	1,00																	
Компот из свежих яблок			342	CP	OY17	200	0,00	0,00	23,88	95,52									
Сахар	24,00	24,00																	
Яблоки свежие	45,40	40,00																	
Лимонная кислота	0,02	0,02																	
Хлеб белый						20	0,60	0,80	12,20	58,40									
Батон	20,00	20,00																	
Хлеб черный						40	2,80	0,40	16,40	80,40									
Хлеб	40,00	40,00																	
Итого за обед						745	32,34	32,87	102,45	834,96									112,00

Зав. Производством



Чайкина И.Ю.