

Согласовано  
Начальник ТОУ Роспотребнадзора  
по Владимирской области в  
г. Гусь-Хрустальный и  
Гусь-Хрустальном районе



Утверждено  
Зам.начальника управления  
образования администрации  
Гусь-Хрустального района



**Примерное меню рационов питания  
для обучающихся общеобразовательных  
учреждений**

1 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	молоко	хлеб пш.	Масло сливоч	Картофель	соль	минтай	мука пш.	Лук репчатый	Сметана	Какао	Песок сахарный	масло раст.	Хлеб ржаной	йогурт	помидор свежий		
	<b>Завтрак</b>																		
	Помидор свежий порционный	20															20,6		
520/2004	Пюре картофельное	150	24		4	184	0,8												
394/2004 600/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным	80/30	16	11	3		1,5	75	6+2	14	7,5			6					
693/2004	Какао с молоком	200	100									2,16	15						
	Хлеб ржаной	40													40				
	Йогурт	125														125			
	<b>итого на 1 чел</b>		0,14	0,011	0,007	0,184	0,0023	0,075	0,008	0,014	0,0075	0,002	0,015	0,006	0,04	0,125	0,0206		
	<b>цена</b>		58	63	480	20	13	158	34	24	183	320	42	93	38	176	140		
	<b>итого за завтрак</b>	58,00	8,12	0,69	3,36	3,68	0,03	11,85	0,27	0,34	1,37	0,69	0,63	0,56	1,52	22,00	2,89	0,00	0,00

картофель с коэффициентом -1.43

2 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	Дрожжи	яйцо	масло слив.	молоко	сахар	соль	чай	Лимон	Мука	Картофель	растительное	Лук	Апельсин	огурец св	Хлеб пшенич		
	<b>Завтрак</b>																		
	Огурец св. порц.	33														34,3			
340/2004	Омлет натуральный	150		120	7	42		1											
685/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/6					15		0,72	7									
	картофелем и луком	100	1,5	2+1,5			3	0,8+0,8			49+2,5	43	2+1,5	11					
	Хлеб пшеничный	40															40		
	Фрукт свежий (апельсин)	150													150				
	<b>итого на 1 чел</b>		0,002	0,1235	0,007	0,042	0,018	0,0026	0,00072	0,007	0,052	0,043	0,004	0,011	0,15	0,0343	0,04		
	<b>цена</b>		120	155	480	58	42	13	390	140	34	20	93	24	140	120	63	158	30
	<b>итого за завтрак</b>	58	0,18	19,143	3,36	2,436	0,756	0,0338	0,2808	0	0,98	1,751	0,86	0,326	0,264	21	4,1104	2,52	0

## 3 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	ор	ог	л	ор	ко	м	ас	ло	са	ха	р	м	ук	а	яй	ца	м	ол	ок	ча	и	со	ль	еб	п	у	ш
	<b>Завтрак</b>																												
360/2004	сгущенным молоком	150/10	106		37,5				4,5			14,5			21			6		10				1					
685/2004	Чай с сахаром	200/15										15										0,72							
	хлеб пшеничный	30																							30				
	Фрукт свежий (груша)	188																									188,6		
	итого на 1 чел		0,106	0,0375	0,0045	0,0295	0,021	0,006	0,01	0,0007	0,001	0,03	0,189																
	цена		222	30	93	42	34	155	145	390	13	63	140																
	итого за завтрак	58,00	23,53	1,125	0,4185	1,239	0,714	0,93	1,45	0,2808	0,013	1,89	26,41	0	0														

Картофель пересчитан на коэф.-1.43

## 4 день

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	молоко	масло сливочное	хлеб пшеничный	сахар	Вермшель	Какао	Соль	Сыр	Морковь	масло растител	изюм	грудка куриная	сухари	яблоко				
	<b>Завтрак</b>																			
49/2004	Салат из моркови с изюмом	80				3					92	4	4							
498/2004	котлета куриная	80	13		9				0,25			3		85	5					
333/2004	Макароньы с сыром	150/18		5			51		0,25	20										
693/2004	Какао с молоком	200	100			15		2,16												
	Хлеб пшеничный	40			40															
	Фрукт свежий (яблоко)	116														116				
	итого на 1 чел		0,113	0,005	0,049	0,018	0,051	0,0022	0,0005	0,02	0,092	0,007	0,004	0,085	0,005	0,116				
	цена		58	480	63	42	38	320	13	470	30	93	170	210	48	95				
	итого за завтрак	58,00	6,554	2,4	3,087	0,756	1,938	0,6912	0,0065	9,4	2,76	0,651	0,68	17,85	0,24	10,99	0	0	0	0

## 5 День

№ рецептуры	Наименование продукта	выход	яйцо	сахар	масло слив.	хлеб пшен.	Сметана	рис	соль	сгущенное молоко	Молоко	Кофейный напиток	Сухари паниров.	сыр	творог	груша	
	<b>Завтрак</b>																
	Б-д с сыром	25/40				40,5								27			
315/2004	Запеканка творожно - рисовая со сгущенным молоком	180/20	7	11	4		4	54	1	20			4		29		
692/2004	Кофейный напиток	200		15							50	4					
	Фрукт свежий (груша)	150														150	
	<b>итого на 1 чел</b>		<b>0,007</b>	<b>0,026</b>	<b>0,004</b>	<b>0,0405</b>	<b>0,004</b>	<b>0,054</b>	<b>0,001</b>	<b>0,02</b>	<b>0,05</b>	<b>0,004</b>	<b>0,004</b>	<b>0,027</b>	<b>0,029</b>	<b>0,15</b>	
	<b>цена</b>		<b>155</b>	<b>42</b>	<b>480</b>	<b>63</b>	<b>183</b>	<b>56</b>	<b>13</b>	<b>170</b>	<b>145</b>	<b>58</b>	<b>365</b>	<b>48</b>	<b>470</b>	<b>222</b>	<b>140</b>
	<b>итого за завтрак</b>	<b>57,99999</b>	<b>1,085</b>	<b>1,092</b>	<b>1,92</b>	<b>2,554</b>	<b>0,732</b>	<b>3,024</b>	<b>0,013</b>	<b>0</b>	<b>2,9</b>	<b>2,9</b>	<b>1,46</b>	<b>0,192</b>	<b>12,69</b>	<b>6,438</b>	<b>21</b>

Картофель пересчитан по коэф.-1.43

6 день																
№ рецептуры	Наименование блюда	выход	пшено	молоко	сахар	сливочное масло	сыр	масло растительное	яйцо	Хлеб пшенич	дрожжи	мука пшен.	чай	Соль	йогурт	
266/1994	Каша пшенная молочная	250	31	200	2,5									0,8		
685/2004	Чай с сахаром и молоком	100/100/15		100	15								0,72			
	Сыр порц.	12,5					14,5									
	Хлеб пшеничный	45								45						
766/2004	Сдоба обыкновенная	100		17	7,5	2+3		1	3		1	74		1		
	йогурт	125													125	
	<b>итого на 1 чел</b>		<b>0,031</b>	<b>0,317</b>	<b>0,025</b>	<b>0,005</b>	<b>0,0145</b>	<b>0,001</b>	<b>0,003</b>	<b>0,0454</b>	<b>0,001</b>	<b>0,074</b>	<b>7Е-04</b>	<b>0,002</b>	<b>0,125</b>	
	<b>цена</b>		<b>32</b>	<b>58</b>	<b>42</b>	<b>480</b>	<b>470</b>	<b>93</b>	<b>155</b>	<b>63</b>	<b>120</b>	<b>34</b>	<b>390</b>	<b>13</b>	<b>176</b>	
	<b>итого за завтрак</b>	<b>58,00</b>	<b>0,992</b>	<b>18,386</b>	<b>1,05</b>	<b>2,4</b>	<b>6,815</b>	<b>0,093</b>	<b>0,465</b>	<b>2,8588</b>	<b>0,12</b>	<b>2,516</b>	<b>0,281</b>	<b>0,023</b>	<b>22</b>	

Картофель пересчитан по коэф.-1.43

7 день

№ рецептуры	Наименованию блюда	выход	рис	Масло растительное	Куриная грудка	молоко	Хлеб пшеничный	сахар	Кофе	Соль	лук репч	морковь	огурец свежий	масло слив	банан
	<b>Завтрак</b>														
	Огурец свежий порционн	50											51		
443/2004	Плов с куриной грудкой	50/150	51	8	90					1	9	19			
693/2004	Кофейный напиток	200				50		15	4						
	Б-д с маслом слив	40/10					40							10	
	Фрукт свежий (банан)	198													198,4
	<b>итого на 1 чел</b>		<b>0,051</b>	<b>0,008</b>	<b>0,09</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>	<b>0,015</b>	<b>0,004</b>	<b>0,001</b>	<b>0,009</b>	<b>0,019</b>	<b>0,051</b>	<b>0,01</b>	<b>0,198</b>
	<b>цена</b>		<b>56</b>	<b>93</b>	<b>210</b>	<b>58</b>	<b>63</b>	<b>42</b>	<b>365</b>	<b>13</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>120</b>	<b>480</b>	<b>82</b>
	<b>итого за завтрак</b>	<b>58</b>	<b>2,856</b>	<b>0,744</b>	<b>18,9</b>	<b>2,9</b>	<b>2,52</b>	<b>0,63</b>	<b>1,46</b>	<b>0,013</b>	<b>0,216</b>	<b>0,57</b>	<b>0</b>	<b>6,12</b>	<b>4,8</b>

картофель пересчитан на коэф. 1.43

8 День

№ рецептуры	наименования блюда	выход	молоко	Какао порошок	мука пшеничная	Минтай	сахар	Картофель	Соль	Масло растительное	Масло сливочное	хлеб пшеничный	Сметана	лук репчатый	помидор свежий	груша
	<b>Завтрак</b>															
	Помидор св. порц.	50													51	
394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк)	50/30	10		4+2	47			1	4	2	7	7,5	9		
520/2004	Картофельное пюре	150	24					183	1		5					
693/2004	Какао с молоком	200	100	2,16			15									
	Хлеб пшеничный	40										40				

	Фрукт свежий (груша)	158															158,4
	итого на 1 чел		0,134	0,0022	0,006	0,047	0,015	0,183	0,002	0,004	0,007	0,047	0,008	0,009	0,051	0,158	
	цена		58	320	34	158	42	20	13	93	480	63	183	24	140	140	
	итого за завтрак	57,99998	7,772	0,6912	0,204	7,426	0,63	3,66	0,026	0,372	3,36	2,961	1,373	0,216	7,14	22,17	

Картофель пересчитан по коэф. 1,43

9 День																
№ рецептуры	Наименование блюда	выход	молоко	Вермишель	Масло слив.	сахар	Кофейный напиток	Соль	Хлеб пшен.	Сыр	яблоко	мука	творог	дрожжи	яйцо	
	<b>Завтрак</b>															
	Б-д с сыром	20/40							40	22						
	Вермишель молочная с маслом сливочным	200/5	172	17,5	5	1,6		1								
693/2004	Кофейный напиток	200	50			15	4									
786/2004	Булочка "Творожная"	70	60		1,5	6		0,5				41+0,5	18,5	1,5	6+1,5	
	Фрукт свежий (яблоко)	165									165,4					
	итого на 1 чел		0,282	0,0175	0,0065	0,0226	0,004	0,0015	0,04	0,022	0,1654	0,042	0,019	0,002	0,008	
	цена		58	38	480	42	365	13	63	470	95	34	222	120	155	
	итого за завтрак	58,00	16,36	0,665	3,12	0,9492	1,46	0,0195	2,52	10,34	15,71	1,411	4,107	0,18	1,163	0

Картофель пересчитан по коэф. 1.43

10 день															
№ рецептуры	Наименование блюда	выход	яйцо	молоко	хлеб пшеничный	Морковь	какао-порошок	сахар	Соль	масло сливочное	яблоко	грудка куриная	сухари	масло растите	
	<b>Завтрак</b>														
498/2004	Котлета куриная	80		13	9				0,5			85	5	3	
348/2004	Омлет с морковью	150/5	75	50		50			1	2+5					
693/2004	Какао с молоком	200		100			2,16	15							
	Хлеб пшеничный	40			40										
	Фрукт свежий (яблоко)	97									97,5				



726/2004	Блины со сгущенным молоком	180/30	90	142	3	3	30	6			1		
685/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/6			15				0,72			7	
	Фрукт свежий (апельсин)	158								158,2			
	Йогурт	125											125
	итого на 1 чел		0,09	0,142	0,018	0,003	0,03	0,006	0,00072	0,1582	0,001	0,007	0,125
	цена		34	58	42	120	145	93	390	110	13	140	176
	итого за завтрак	58,00	3,06	8,236	0,756	0,36	4,35	0,558	0,2808	17,406	0,013	0,98	22

Картофель пересчитан по коэф. 1.43

### 13 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	греча	масло слив	Соль	говядина	лук репчат	молоко	сахар	кофейный напиток	морковь	мука	Хлеб ржаной	Помидор свеж
	<b>Завтрак</b>													
	Помидор свежий порцион	65												66
312/2004	Гуляш из говядины	50/50		4	0,8	79	12				8	3		
692/2004	Греча отварная	150	63	5	0,8									
	Кофейный напиток	200						50	15	4				
	Хлеб ржаной	42											42,2	
	итого на 1 чел		0,063	0,009	0,0016	0,079	0,012	0,05	0,015	0,004	0,008	0,003	0,042	0,066
	цена		70	480	13	415	24	58	42	365	30	34	38	140
	итого за завтрак	58	4,41	4,32	0,0208	32,785	0,288	2,9	0,63	1,46	0,24	0,102	1,604	9,24

картофель пересчитан по коэф. -1.43

### 14 День

№ рецептуры	Наименование Блюда	выход	яйцо	молоко	масло сливочное	хлеб пшеничный	Соль	Чай-заварка	Сахар	помидор свежий	Апельсин	огурец св	лимон
-------------	--------------------	-------	------	--------	-----------------	----------------	------	-------------	-------	----------------	----------	-----------	-------



	<b>Завтрак</b>														
	Помидор свежий	30								31					
	Огурец св. порц.	30										31			
340/2004	Омлет натуральный	170	136	48		8		1							
685/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/6							0,72	15				7	
	Хлеб пшеничный	40						40,1							
	Фрукт свежий (апельсин)	150										150			
	<b>итого на 1 чел</b>		0,136	0,048		0,008	0,04019	0,001	0,00072	0,015	0,036	0,15	0,036	0,007	
	<b>цена</b>		155	58		480	63	13	390	42	140	110	120	140	
	<b>итого за завтрак</b>	58,00	21,08	2,784	0	3,84	2,5322	0,013	0,2808	0,63	5,04	16,5	4,32	0,98	0

картофель пересчитан по коэф. -1.43

15 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	творог	масло растительное	морковь	мука пшен.	яйцо	сахар	молоко сгущенное	чай заварка	соль	Хлеб пшеничный	груша		
	<b>Завтрак</b>														
360/2004	Сырники с морковью со сгущенным молоком	150/10	106	4,5	37,5	21	6	14,5	10		1				
693/2004	чай с сахаром	200/15						15		0,72					
	хлеб пшеничный	30										30			
	Фрукт свежий (груша)	188											188,6		
	<b>итого на 1 чел</b>		0,106	0,0045	0,0375	0,021	0,006	0,0295	0,01	0,0007	0,001	0,03	0,189		
	<b>цена</b>		222	93	30	34	155	42	145	390	13	63	140		
	<b>итого за завтрак</b>	58,00	23,53	0,4185	1,125	0,714	0,93	1,239	1,45	0,2808	0,013	1,89	26,41		

картофель пересчитан по коэф. -1.43

16 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	капуста	мука пшеничная	чай заварка	Масло растительное	морковь	лук репчатый	Сахар	Соль	Куриная грудка	Хлеб пшеничный	груша	лимон	хлеб ржаной	масло слив	сыр	
	<b>Завтрак</b>																	
	Б-д с сыром и маслом сливоч	40/8/5										40				5	10	
534/2004	Капуста тушеная с куриной грудкой	50/180	257	2,5		6	16	9	5	0,6	89							
685/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/6			0,72				15					7				
	Хлеб ржаной	40													40			
	Фрукт свежий (груша)	147											147					
	<b>итого на 1 чел</b>		0,257	0,0025	0,0007	0,006	0,016	0,009	0,02	0,0006	0,089	0,04	0,147	0,007	0,04	0,005	0,01	
	<b>цена</b>		20	34	390	93	30	24	42	13	210	38	140	140	38	480	470	
	<b>итого за завтрак</b>	58,00	5,14	0,085	0,2808	0,558	0,48	0,216	0,84	0,0078	18,69	1,52	20,58	0,98	1,52	2,4	4,7	0

Картофель пересчитан по коэф. -1.43

17 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	молоко	масло сливочное	Сыр	пшено	рис	какао-порошок	сахар	хлеб пшеничный	соль	йогурт	курага	банан	чернослив
	<b>Завтрак</b>														
	Б-д с сыром	15/40			17					40					
302/2004	Каша молочная "Дружба" с курагой, черносливом и бананом	200/5/18/7/7	182	5		15	10		1,7		1		7	18	7
693/2004	Какао с молоком	200	100					2,16	15						
	йогурт	125										125			
	<b>итого на 1 чел</b>		0,282	0,005	0,017	0,015	0,01	0,0022	0,0167	0,04	0,001	0,125	0,007	0,018	0,007

	цена		58	480	470	32	56	320	42	63	13	176	200	82	200	
	итого за завтрак	58,00	16,36	2,4	7,99	0,48	0,56	0,6912	0,7014	2,52	0,013	22	1,4	1,488	1,4	0

18 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	мука пшеничная	хлеб пш.	Минтай (разделка на филе)	сметана	лук репчатый	молоко	картофель	масло сливочное	соль	кофейный напиток	Сахар	Хлеб пшеничный	Пряник	капуста св	морковь	масло растит		лимонная кислота	апельсин	
	<b>Завтрак</b>																					
	Яйцо	20																				
43/2004	Салат из свежей капусты	100									0,5		3			99	13	5		0,3		
394/2004	Тефтели рыбные с соусом сметанным(№600 IIIк)	80/30	5+2	9	75	7,5	11	12		2,5	1											
520/2004	Картофельное пюре	150						24	183	4	0,5											
685/2004	Кофейный напиток	200						50				4	15									
	хлеб пшеничный	40												40								
	Фрукт свежий (апельсин)	147																				147,7
	Конд.изд. (пряник)	50													50							
	итого на 1 чел		0,007	0,009	0,075	0,0075	0,011	0,086	0,183	0,0065	0,0015	0,004	0,018	0,04	0,05	0,099	0,013	0,005		3E-04	0,148	
	цена		34	63	158	183	24	58	20	480	13	365	42	63	98	20	30	93		360	110	
	итого за завтрак	58,00	0,238	0,567	11,85	1,3725	0,264	4,988	3,66	3,12	0,0195	1,46	0,756	2,52	4,9	1,98	0,39	0,465	0	0,108	16,24	

Картофель пересчитан коэф. на -1.43

19 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	молоко	масло сливочное	крупа рисовая	яйцо	вода	дрожжи	сахар	мука пшеничная	чай заварка	хлеб пшеничный	масло растительное	соль	груша	творог
-------------	--------------------	-------	--------	-----------------	---------------	------	------	--------	-------	----------------	-------------	----------------	--------------------	------	-------	--------

<b>Завтрак</b>																
302/2004	Каша рисовая молочная	200/5	182	5	25				3						1	
685/2004	Чай с сахаром	200/15							15	0,72						
	Хлеб пшеничный	30										30				
741/2004	Ватрушка с творогом	100	13,5	5,5		5,5+2 (для сазки)		2	4	49+2,5 (на подпыл )		0,3	1			
	фарш для ватрушки					2			2	1,6						37
	Фрукт свежий (груша)	180														180,4
	<b>итого на 1 чел</b>		0,196	0,0105	0,025	0,0095		0,002	0,024	0,0531	0,0007	0,03	3E-04	0,002	0,18	0,037
	<b>цена</b>		58	480	56	155		120	42	34	390	63	93	13	140	222
	<b>итого за завтрак</b>	57,99999	11,34	5,04	1,4	1,4725	0	0,24	1,008	1,8054	0,2808	1,89	0,028	0,026	25,26	8,214

картофель пересчитан по коэф. 1.43

20 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	творог	яйцо	сахар	соль		масло растительное	какао	мука пшеничная	Сгущенное молоко	Хлеб пшеничный	молоко	яблоко		
	<b>Завтрак</b>															
492/1983 (1	Сырники из творога со сгущенным молоком	170/10	154	6	17	0,8		6		23	10					
693/2004	Какао с молоком	200			15				2,16				100			
	Хлеб пшеничный	30										30				
	Фрукт свежий (яблоко)	109												109		
	<b>итого на 1 чел</b>		0,154	0,006	0,032	0,0008		0,006	0,00216	0,023	0,01	0,03	0,1	0,109		
	<b>цена</b>		222	155	42	13	30	93	320	34	145	63	58	95		
	<b>итого за завтрак</b>	58,00	34,19	0,93	1,344	0,0104	0	0,558	0,6912	0,782	1,45	1,89	5,8	10,36	0	0

Картофель пересчитан по коэф.-1.43

## 21 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	капуста	хлеб пш.	сахар	чай	соль	хлеб ржаной	мука пшен.	масло раст.	куриная грудка	морковь	лук	груша	Яйцо	лимон	
	<b>Завтрак</b>																
	Яйцо отварное	40													40		
498/2004	Котлета куриная	80		13			0,7		6	5	85						
534/2004 (3)	Капуста тушеная	150	214		4		0,5		2	5		13	8				
	чай с сахаром и лимоном	200/15/4			15	0,72										4,7	
	хлеб ржаной	40						40									
	Фрукт свежий (груша)	170											170				
	<b>итого на 1 чел</b>		<b>0,214</b>	<b>0,013</b>	<b>0,019</b>	<b>0,0007</b>	<b>0,0012</b>	<b>0,04</b>	<b>0,008</b>	<b>0,01</b>	<b>0,085</b>	<b>0,013</b>	<b>0,008</b>	<b>0,17</b>	<b>0,04</b>	<b>0,005</b>	
	<b>цена</b>		<b>20</b>	<b>63</b>	<b>42</b>	<b>390</b>	<b>13</b>	<b>38</b>	<b>34</b>	<b>93</b>	<b>210</b>	<b>30</b>	<b>24</b>	<b>140</b>	<b>155</b>	<b>140</b>	
	<b>итого за завтрак</b>	<b>58,00р.</b>	<b>4,28</b>	<b>0,819</b>	<b>0,798</b>	<b>0,2808</b>	<b>0,0156</b>	<b>1,52</b>	<b>0,272</b>	<b>0,93</b>	<b>17,85</b>	<b>0,39</b>	<b>0,192</b>	<b>23,8</b>	<b>6,2</b>	<b>0,652</b>	<b>0</b>

картофель пересчитан по коэф.-1.43

## 22 День

№ рецептуры	Наименование блюда	выход	говядина	масло сливочное	лук репчатый	хлеб пшенич	масло растит.	молоко	сухари паниров.	сок (стекло)	хлеб ржаной	макаронны	соль	картофель	свекла	морковь	огурцы сол	капуста квашеная	горошек консер	зелень	
	<b>Завтрак</b>																				
71/2004	Винегрет	80			14,5		8,5						0,5	23	15	11	35	17	14	2,1	
451/2004	Котлета мясная	80	59			14	5	19	8				0,4								
332/2004	Макаронные изделия отварные	150/3		5+3								51	1								
	Сок плодовоовощной	200								200											
	Хлеб ржаной	51									51,6										
	<b>итого на 1 чел</b>		<b>0,059</b>	<b>0,008</b>	<b>0,0145</b>	<b>0,014</b>	<b>0,0135</b>	<b>0,019</b>	<b>0,008</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0516</b>	<b>0,051</b>	<b>0,002</b>	<b>0,023</b>	<b>0,015</b>	<b>0,011</b>	<b>0,035</b>	<b>0,017</b>	<b>0,014</b>	<b>0,002</b>	
	<b>цена</b>		<b>415</b>	<b>480</b>	<b>20</b>	<b>63</b>	<b>93</b>	<b>58</b>	<b>48</b>	<b>68</b>	<b>38</b>	<b>38</b>	<b>390</b>	<b>13</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>30</b>	<b>94,44</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>260</b>
	<b>итого за завтрак</b>	<b>58</b>	<b>24,49</b>	<b>3,84</b>	<b>0,29</b>	<b>0,882</b>	<b>1,2555</b>	<b>1,102</b>	<b>0,384</b>	<b>13,6</b>	<b>1,9594</b>	<b>1,938</b>	<b>0</b>	<b>0,025</b>	<b>0,46</b>	<b>0,33</b>	<b>0,33</b>	<b>3,3054</b>	<b>1,7</b>	<b>1,568</b>	<b>0,546</b>

Картофель пересчитан по коэф.-1.43

23 День																				
№ рецептуры	Наименование блюда	выход	пшени	молоко	сахар	сыр	масло сливочное	хлеб пшеничный	чай-заварка	соль	Лимон	яйцо	дрожжи	мука	масло растительное	творог	апельсин			
	<b>Завтрак</b>																			
	Сыр порц.	15				17														
302/2004	Каша пшенная молочная	200/5	25	160	3		5			1										
686/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7			15				0,72		8									
	Хлеб пшеничный	60						60												
741/2004	Ватрушка с творогом	100		13,5	4		5,5			1		5,5+2 (для смазки)	2	49+2,5 (на подпыл)	0,3					
	фарш для ватрушки				2							2		1,6		37				
	Фрукт свежий (апельсин)	147															147			
	<b>итого на 1 чел</b>		0,025	0,1735	0,024	0,017	0,0105	0,06	0,00072	0,002	0,008	0,01	0,002	0,052	3E-04	0,037	0,1472			
	<b>цена</b>		32	58	42	470	480	63	390	13	140	155	120	34	93	222	110			
	<b>итого за завтрак</b>	58,00	0,8	10,063	1,008	7,99	5,04	3,78	0,2808	0,026	1,12	1,473	0,24	1,751	0,028	8,214	16,187	0	0	0

Картофель пересчитан по коэф.-1.43

24 День																				
№ рецептуры	Наименование блюда	выход	яйцо	молоко	масло сливочное	Минтай	какао-порошок	сахар	соль	хлеб пшеничный	картофель	морковь	лук репчатый	мука пшеничная	масло растит	хлеб рж.	капуста свежая	лимонная кислота	груша	
	<b>Завтрак</b>																			
	Яйцо отварное	20	20																	
43/2004	Салат из свежей капусты	100						3	0,5			13			5		99	0,3		

390/2004	Котлета рыбная любительская	80	8	+5 вода		77			1	5		19	8	5,5	3				
520/2004	Картофельное пюре	150		24	5				1		183								
693/2004	Какао с молоком	200		100		2,16	15												
	Хлеб рж.	30														30			
	Фрукт свежий (груша)	147																	147,7
	итого на 1 чел		0,028	0,132	0,005	0,077	0,00216	0,018	0,0025	0,005	0,183	0,032	0,008	0,006	0,008	0,03	0,099	0,0003	0,1477
	цена		155	58	480	158	320	42	13	63	20	30	24	34	93	38	20	360	140
	итого за завтрак	57,99996	4,34	7,656	2,4	12,166	0,6912	0,756	0,0325	0,315	3,66	0,96	0,192	0,187	0,744	1,14	1,98	0,108	20,672

Картофель пересчитан на коэф. - 1,43

Завтрак - 58рублей

58\*24 дня = 1392 руб.

№ дня	Стоимость
1	58
2	58
3	58
4	58
5	58
6	58
7	58
8	58
9	58
10	58
11	58
12	58
13	58
14	58
15	58
16	58
17	58
18	58
19	58

20	58
21	58
22	58
23	58
24	58
Итого:	1392
	58

















\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_







ЯЙЦО
20
0,02
155
3,1

