

Руководитель учреждения  
на 13 мая 2025г  
Коваль Т.Е.

| сборник<br>рецептур | № техн.<br>Карты | Наименование блюд                       | выход | Химический состав |         |             | энергетическая<br>ценность |
|---------------------|------------------|-----------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|----------------------------|
|                     |                  |                                         |       | белки, г          | жиры, г | углеводы, г |                            |
|                     |                  | <b>ЗАВТРАК</b>                          |       |                   |         |             |                            |
| 2012                | 185              | Каша геркулесовая<br>молочная           | 150   | 5.14              | 8.2     | 19.44       | 173.4                      |
| 2012                | 395              | Кофейный напиток                        | 180   | 3.601             | 2.08    | 12.035      | 83.81                      |
| 2012                | 2                | Батон                                   | 25    | 1.9               | 0.8     | 12.5        | 65                         |
| 2012                |                  | Масло сливочное                         | 5     | 0.1               | 4.2     | 0.1         | 38                         |
|                     |                  | итого                                   | 360   | 10.741            | 15.28   | 44.075      | 360.21                     |
|                     |                  | <b>2 ЗАВТРАК</b>                        |       |                   |         |             |                            |
| 2012                |                  | Сок                                     | 100   | 0                 | 0       | 12          | 48                         |
|                     |                  | итого                                   | 100   | 0.00              | 0.00    | 12.00       | 48.00                      |
|                     |                  | <b>ОБЕД</b>                             |       |                   |         |             |                            |
| 2012                | 76               | Рассольник<br>ленинградский             | 180   | 3.2               | 4.4     | 9.6         | 90                         |
| 2012                | 204              | Макаронные изделия<br>отварные с маслом | 90    | 3.2               | 4.4     | 20.6        | 135                        |
| 2012                | 286              | Тефтели мясные со<br>сметанным соусом   | 72/30 | 13.002            | 14.405  | 13.9        | 236                        |
| 2012                | 3                | Хлеб ржаной                             | 40    | 2.6               | 0.5     | 15.8        | 79.0                       |
| 2012                | 376              | Компот из сушеных<br>фруктов            | 180   | 0.198             | 0       | 11.82       | 47.5                       |
|                     |                  | итого                                   | 595   | 22.2              | 23.705  | 71.72       | 587.52                     |
|                     |                  | <b>ПОЛДНИК</b>                          |       |                   |         |             |                            |
| 2012                |                  | Кефир                                   | 150   | 6                 | 6       | 7.05        | 132                        |
| 2012                | 2                | Батон                                   | 25    | 1.5               | 0.6     | 10          | 52                         |
|                     |                  | Яблоки                                  | 95    | 0.38              | 0       | 8.55        | 32.3                       |
|                     |                  | итого                                   | 270   | 7.88              | 6.6     | 25.6        | 216.3                      |
|                     |                  | <b>УЖИН</b>                             |       |                   |         |             |                            |
| 2012                | 33               | Салат из свеклы                         | 50    | 0.774             | 2.9     | 3.542       | 44.04                      |
| 2012                | 79               | Растегай с рыбой                        | 150   | 18.66             | 9.175   | 39.365      | 314.4                      |
| 2012                | 392              | Чай с сахаром                           | 180   | 0.1               | 0       | 7           | 29                         |
| 2012                | 2                | Батон                                   | 20    | 1.5               | 0.6     | 10          | 52                         |
|                     |                  | итого                                   | 400   | 21.034            | 12.675  | 59.907      | 439.44                     |
|                     |                  | всего                                   |       | 61.855            | 58.26   | 213.302     | 1651.47                    |

Руководитель учреждения  
на 13 мая 2025г  
Коваль Т.Е.

| сборник<br>рецептур | № техн.<br>Карты | Наименование блюд                       | выход | Химический состав |         |             | энергетическая<br>ценность |
|---------------------|------------------|-----------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|----------------------------|
|                     |                  |                                         |       | белки, г          | жиры, г | углеводы, г |                            |
|                     |                  | <b>ЗАВТРАК</b>                          |       |                   |         |             |                            |
| 2012                | 185              | Каша геркулесовая<br>молочная           | 200   | 6.61              | 8.95    | 26.81       | 215.6                      |
| 2012                | 395              | Кофейный напиток                        | 200   | 3.874             | 2.83    | 13.41       | 93                         |
| 2012                | 2                | Батон                                   | 30    | 2.3               | 0.9     | 15          | 78                         |
| 2012                |                  | Масло сливочное                         | 5     | 0.1               | 4.2     | 0.1         | 38                         |
|                     |                  | итого                                   | 435   | 12.88             | 16.88   | 55.32       | 424.60                     |
|                     |                  | <b>2 ЗАВТРАК</b>                        |       |                   |         |             |                            |
| 2012                |                  | Сок                                     | 100   | 0                 | 0       | 12          | 48                         |
|                     |                  | итого                                   | 100   | 0                 | 0       | 12          | 48                         |
|                     |                  | <b>ОБЕД</b>                             |       |                   |         |             |                            |
| 2012                | 76               | Рассольник<br>ленинградский             | 200   | 4.4               | 4.26    | 18.2        | 122.3                      |
| 2012                | 204              | Макаронные изделия<br>отварные с маслом | 120   | 4.9               | 4.6     | 30.7        | 184                        |
| 2012                | 286              | Тефтели мясные со<br>сметанным соусом   | 73/30 | 13.702            | 15.205  | 13.5        | 244                        |
| 2012                | 3                | Хлеб ржаной                             | 50    | 3.3               | 0.6     | 19.8        | 99.0                       |
| 2012                | 376              | Компот из сушеных<br>фруктов            | 200   | 0.244             | 0       | 15.11       | 60.7                       |
|                     |                  | итого                                   | 680   | 26.546            | 24.665  | 97.31       | 710.04                     |
|                     |                  | <b>ПОЛДНИК</b>                          |       |                   |         |             |                            |
| 2012                |                  | Кефир                                   | 180   | 7.2               | 7.2     | 8.46        | 158.4                      |
| 2012                | 2                | Батон                                   | 30    | 2.3               | 0.9     | 15          | 78                         |
|                     |                  | Яблоки                                  | 100   | 0.4               | 0       | 9           | 34                         |
|                     |                  | итого                                   | 310   | 9.90              | 8.10    | 32.46       | 270.40                     |
|                     |                  | <b>УЖИН</b>                             |       |                   |         |             |                            |
| 2012                | 33               | Салат из свеклы                         | 60    | 0.855             | 3       | 4.115       | 46.8                       |
| 2012                | 79               | Растегай с рыбой                        | 160   | 19.4              | 9.4     | 39.8        | 321                        |
| 2012                | 392              | Чай с сахаром                           | 200   | 0.1               | 0       | 8.1         | 32                         |
| 2012                | 2                | Батон                                   | 30    | 1.9               | 0.8     | 12.5        | 65                         |
|                     |                  | итого                                   | 450   | 22.255            | 13.2    | 64.515      | 464.8                      |
|                     |                  | всего                                   |       | 71.585            | 62.845  | 261.61      | 1917.84                    |