

День 1

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					энерг. цен. (ккал)	цена за 1 кг	сумма
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды				
1	2	3	4	5	6	7	8			
день №1-завтрак										
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром										
Технологическая карта №173 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.			210	8,23	5,87	47,81	342			
хлопья овсяные "Геркулес"	44	44								
молоко	100	100								
вода	80	80								
масло сливочное	5	5								
сахар	6	6								
Бутерброд с повидлом										
Технологическая карта №2 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.			55	2,4	3,87	27,83	156			
повидло	20,2	20								
масло сливочное	5	5								
хлеб пшеничный	30	30								
какао с молоком										
Технологическая карта №382			200	4,07	3,54	17,57	118,6			
какао	4	4								
сахар	20	20								
молоко	100	100								
вода питьевая	110	110								
хлеб ржаной										
			40	2,64	0,48	15,84	79,2			
всего за завтрак				17,34	13,76	108,85	695,2			
Обед										
салат из свежих огурцов										
			100	0,75	6,02	2,35	66,6			
Технологическая карта №20 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.										
огурцы свежие										
	118,6	95								
соль	1	1								
масло растительное	6	5								
Борщ с капустой и картофелем										
Технологическая карта №82 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.			250	1,8	4,92	10,93	103,75			
суп набор	82,5	62,5								
свекла	50	40								
капуста свежая или квашеная	25	20								
картофель	26,75	35								
морковь	12,5	10								
петрушка	3,25	3,25								
лук репчатый	12	12								
томатное пюре	7,5	7,5								
масло растительное	5	5								
соль пищевая водированная	1	1								
сахар	2,5	2,5								
макаронные изделия отварные										
Технологическая карта №202 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.			200	7,55	0,66	42,6	208,5			
макароны	70,96	70,96								
соль пищевая водированная	1,33	1,33								
соус сметанный с томатом										
Технологическая карта №331 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.			25	0,44	1,25	1,755	20,025			
сметана	6,25	6,25								
мука пшеничная	1,87	1,87								
вода	18,75	18,75								
томат-паста	2,5	2,5								
соль	0,5	0,5								
котлета (полуфабрикат)										
котлета (московская)	100	90	100	8	24	6	272			
хлеб ржаной										
			50	3,48	0,6	21,14	107			
хлеб пшеничный										
			20	1,47	0,66	10,28	52,4			
чай с сахаром										
Технологическая карта №376 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017 г.			200	0,07	0,02	15	60			
сахар	15	15								
чай	4	4								
вода	210	210								
зефир										
			25	0,2	0	19,3	54,7			
всего за обед				23,74	38,13	139,45	944,87			
Итого за день				41,08	51,89	248,3	1640,17			

Наименование блюд и продуктов 1	ден. 2		Химический состав					энерг. цен. (ккал) 8	цена	сумма
	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле- воды 7				
день №2 -завтрак										
каша жидкая молочная из манной крупы с маслом			210	6,11	10,72	32,38	251			
Технологическая карта №181 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
крупя манная	31	31								
молоко	100	100								
вода	78	78								
сахар	8	8								
масло сливочное	5	5								
Бутерброд с сыром российским			50	5,8	8,3	14,83	157			
Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
сыр российский	16	15								
масло сливочное	5	5								
хлеб пшеничный	30	30								
хлеб ржаной			75	4,95	0,9	29,7	146,5			
кофейный напиток с молоком			200	2,94	2,67	15,94	100,8			
Технологическая карта №379 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
кофейный напиток	5	5								
сахар	20	20								
молоко	100	100								
вода	120	120								
всего за завтрак				19,8	22,69	92,85	667,1			
обед										
салат из моркови с изюмом			100	1,72	1,41	16,71	86,41			
Технологическая карта №66 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
морковь	100	75								
изюм	11	11								
сахар	10	10								
лимон(для сока)	11,9	5								
рассольник домашний			250	2,09	3,05	12,7	113			
Технологическая карта №95 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
капуста свежая	25	20								
картофель	100	75								
морковь	12,5	10								
лук репчатый	12	10								
огурцы соленые	16,75	15								
масло растительное	5	5								
соль	1	1								
вода или бульон	186,25	186,25								
печень тушеная в соусе			100	2,72	8,75	3,81	159			
Технологическая карта №261 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
печень говяжья	86	71								
пшеничная мука	3	3								
масло растительное	5	5								
соус сметанный с луком			50	0,81	2,93	3,52	37,05			
Технологическая карта №332 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
сметана	12,5	12,5								
мука пшеничная	3,75	3,75								
вода	37,5	37,7								
лук репчатый	11,9	10								
масло сливочное	1	1								
пюре картофельное			200	4,09	8,41	27,26	183,18			
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
масло сливочное	7	7								
молоко	31,63	31,63								
соль	1,33	1,33								
картофель	228,22	171,16								
хлеб ржаной			40	2,84	0,8	15,84	79,2			
хлеб пшеничный			40	3,16	0,4	16,32	93,52			
чай с лимоном			200	0,13	0,02	15,2	82			
Технологическая карта №377 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.										
чай	2	2								
вода	210	210								
сахар	15	15								
лимон	8	7								
апельсин			200	18	0,6	21,6	107			
всего за обед				35,36	24,28	135,98	920,36			
всего за день				55,16	47,17	228,83	1597,47			

день 3

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					цена	сумма
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)		
1	2	3	4	5	6	7	8		
день №3-завтрак									
омлет натуральный			232	21,56	38,4	4,08	448		
Технологическая карта №210 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.									
яйцо	4 шт	160							
молоко	60	60							
масло сливочное	8	8							
бутерброд с маслом			40	2,36	7,49	14,89	138		
Технологическая карта №1 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.									
масло сливочное	10	10							
хлеб пшеничный	30	30							
чай с молоком			200	1,52	1,35	15,9	81		
Технологическая карта №378 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.									
сахар	15	15							
молоко	51	51							
чай с молоком	2	2							
вода питьевая	150	150							
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6		
всего за завтрак				26,76	47,64	42,79	704,6		
день №3-обед									
салат из белокачанной капусты с морковью			100	1,33	6,08	0,82	94,12		
Технологическая карта №45 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.									
капуста белокачанная свежая	98,6	78,9							
морковь	12,5	10							
кислота лимонная	0,3	0,3							
сахар	5	5							
масло растительное	5	5							
суп с макаронами изделиями и картофелем			250	2,57	2,78	15,68	109		
Технологическая карта №112 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.									
макаронные изделия вермишель	12,5	12,5							
картофель	65,75	50							
морковь	12,5	10							
лук репчатый	12	10							
масло растительное	2,5	2,5							
томатное пюре	2,5	2,5							
бульон или вода	212,5	212,5							
соль	1	1							
Рагу из брокера - цыпленка			175	12,81	10,65	15,2	208		
Технологическая карта №289 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.									
брокер -цыпленок	96	68							
масло растительное	6	6							
картофель	107	80							
морковь	21	17							
томатное пюре	8	6							
лук репчатый	12	10							
мука пшеничная	1	1							
сок абрикосовый			200	1	0	25,4	105,6		
яблоко свежее			200	0,4	0,4	9,9	94		
хлеб ржаной			50	3,37	0,6	21,1	107		
хлеб пшеничный			100	7,84	0,96	48,09	238,96		
всего за обед				29,32	21,47	136,19	956,68		
всего за день				56,08	69,11	178,98	1661,28		

день 4

Наименование блюд и продуктов 1	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Химический состав					энерг. цен. (ккал) 8	цена	сумма
			Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле - воды 7				
день № 4 - завтрак										
каша вязкая из кукурузной крупы с маслом			200	7,63	11,09	50,77	334			
Технологическая карта №174 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.										
масло сливочное	7,5	7,5								
молоко	100	100								
кукурузная крупа	57	57								
сахар	6	6								
вода	65	65								
соль	1,33	1,33								
бутерброды горячие с сыром			50	5,58	8,32	14,84	157			
Технологическая карта №7 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.										
сыр Российский	16	15								
масло сливочное	6	6								
пшеничный хлеб	30	30								
какао с молоком			200	4,07	3,54	17,57	118,6			
Технологическая карта №382 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.										
какао	4	4								
сахар	20	20								
молоко	100	100								
вода питьевая	110	110								
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6			
всего за завтрак				18,6	23,35	91,1	649,2			
день № 4-обед										
салат из свежих помидоров с луком репчатым			100	1,11	6,18	0,73	78,56			
Технологическая карта №23 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.										
помидоры свежие	84,7	72								
лук репчатый	28,8	23								
масло растительное	6	6								
суп картофельный с бобовыми			250	5,49	5,27	16,53	148,25			

день 5

Наименование блюд и продуктов 1	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Химический состав					энерг. цен. (ккал) 8	цена	сумма
			Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле - воды (г) 7				
день № 5 -завтрак										
каша вязкая молочная из риса с маслом			200	6	10,84	42,94	294			
Технологическая карта №174 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна										
масло сливочное	10	10								
молоко	100	100								
рис	44	44								
сахар	10	10								
соль	1,33	1,33								
хлеб ржаной			75	3,52	0,52	37,35	160,5			
чай с сахаром			200	0,07	0,02	15	60			
Технологическая карта №376 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна										
чай	4	4								
сахар	15	15								
вода	210	210								
бутерброд с повидлом			55	2,4	3,87	27,83	156			
Технологическая карта №2 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна										
масло сливочное	5	5								
повидло	20,2	20								
хлеб пшеничный	30	30								
всего за завтрак				11,99	15,25	123,12	670,5			
день №5-обед										
салат из белокачанной капусты с яблоками			100	0,12	5,1	11,16	90,1			
Технологическая карта №46 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна										
капуста белокачанная свежая	56,3	45								
морковь	18,8	15								
яблоки свежие	35,7	25								
лук репчатый	6	5								
чеснок	1,2	1								
сахар	5	5								
масло растительное	5	5								
рассольник ленинградский			250	2,02	5,09	11,98	106,5			
Технологическая карта №96 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна										
суп/набор 50% говяжий	22	20								
картофель	100	75								
перловка	5	5								
морковь	12,5	10								

лук	6	5							
огурец соленый	16,75	12							
масло растительное	5	5							
пюре картофельное			200	4,09	6,41	27,28	183,18		
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна									
масло сливочное	7	7							
молоко	31,63	31,63							
соль	1,33	1,33							
картофель	228,22	171,16							
курица, тушенная в соусе сметанном с томатом			100	11,65	11,66	3,51	166		
Технологическая карта №290 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна									
курица	109	75							
масло растительное	2	2							
соус сметанный с томатом									
сметана	12,5	12,5							
мука	3,75	3,75							
вода	37,5	37,5							
томатное пюре	5	5							
соль	1	1							
хлеб ржаной			25	1,65	0,3	9,9	49,5		
хлеб пшеничный			40	3,16	0,4	19,32	93,52		
какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с сахаром)									
			200	3,66	2,6	25,09	138,4		
Технологическая карта №383 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна									
какао	4	4							
молоко цельное сгущенное	38	38							
сахар	3	3							
вода	164	164							
печенье "Нарезное"			25	1,67	1,88	18,01	95,75		
всего за обед				28,02	33,44	126,25	922,95		
всего за день				40,01	48,69	249,37	1593,03		

день 6

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					энерг. цен. (ккал)	цена	сумма
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды				
1	2	3	4	5	6	7	8			
день № 6- завтрак										
суп молочный с макаронными изделиями			200	4,38	3,8	13,36	120			
Технологическая карта №120 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
молоко	100	100								
вода	84	84								
макаронны	16	16								
масло сливочное	1,6	1,6								
сахар-песок	1,2	1,2								
хлеб ржаной			75	4,95	0,9	29,7	148,5			
яйцо вареное			40	5	4,6	0,28	62,8			
бутерброд с сыром российским										
Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
сыр российский	16	15								
масло сливочное	5	5								
хлеб пшеничный	30	30								
кофейный напиток с молоком сгущенным			200	2,94	1,99	20,92	113,4			
Технологическая карта №380 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
кофейный напиток	5	5								
молоко сгущенное с сахаром	40	40								
вода	200	200								
всего за завтрак				20,79	19,99	79,09	601,7			
обед										
овощи натуральные свежие (помидоры)			100	1,1	0,2	3,8	22			
помидоры свежие	118	100								
суп с рыбными консервами			250	1,19	2,78	15,39	106			
Технологическая карта №106 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
рыбные консервы	48	48								
картофель	133,25	100								
морковь	12,5	10								
лук репчатый	12	10								
крупа рисовая	6	6								
масло растительное	2,5	2,5								
бульон или вода	175	175								
каша рассыпчатая гречневая			200	11,46	8,12	51,57	305,31			
Технологическая карта №302 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
крупа гречневая	94,66	94,66								
масло сливочное	7	7								
соль	1,33	1,33								
тефтели(полуфабрикат)			80	10,4	16	3,44	199,2			
тефтели	80	70								
Соус сметанный с томатом и луком			25	0,47	1,46	1,99	23,07			
Технологическая карта №333 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
сметана	6,25	6,25								
мука	1,87	1,87								
вода	18,75	18,75								
соль	0,5	0,5								
лук репчатый	5,95	5								
масло сливочное	0,5	0,5								
томатная паста	2,5	2,5								
чай с сахаром			200	0,07	0,02	15	60			
Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
чай	4	4								
сахар-песок	15	15								
вода	210	210								
хлеб ржаной			25	1,65	0,3	9,9	49,5			
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	127			
груша			200	0,8	0,6	20,6	94			
всего за обед				30,94	30,68	148,39	986,08			
всего за день				61,73	60,27	227,48	1697,78			

Наименование блюд и продуктов 1	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Химический состав					энерг. цен. (ккал) 8	цена	сумма
			Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле- воды 7				
день № 7-завтрак										
каша жидкая молочная из гречневой крупы			200	6	6,8	2,8	202			
Технологическая карта №183 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
гречневая крупа	40	40								
вода питьевая	30	30								
молоко	140	140								
сахар	6	6								
масло сливочное	5	5								
бутерброд с маслом			40	2,36	7,49	14,89	136			
Технологическая карта №1 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
масло сливочное	10	10								
масло сливочное	30	30								
хлеб ржаной			100	4,6	0,6	49,6	214			
чай с молоком			200	1,52	1,35	15,9	81			
Технологическая карта №378 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
сахар	15	15								
молоко	51	50								
чай	2	2								
вода	150	150								
всего за завтрак				14,48	16,24	83,19	633			
день № 7 - обед										
салат витаминный			100	1,57	6,02	8,79	95,7			
Технологическая карта №49 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
капуста белокочанная	31,3	25								
морковь	18,8	15								
лук зеленый	12,5	10								
перец сладкий	25	15								
горошек консервированный	30,0	20								
сахар	5	5								
кислота лимонная	0,15	0,15								
масло растительное	5	6								
Суп картофельный с клецками			250	3,55	4,58	18,79	144,25			
Технологическая карта №108 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
картофель	68,25	50								
морковь	12,5	10								
лук репчатый	12	10								
соль	1,33	1,33								
масло растительное	2,5	2,5								
бульон или вода	187,5	187,5								
Клецки:										
мука пшеничная	61,6	61,6								
масло сливочное	7	7								
яйца	2,2 шт	88								
вода или молоко	95,6	95,6								
соль	1,8	1,8								
плов из птицы			200	16,94	11,66	35,73	305,33			
Технологическая карта №291 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
курица	141,33	95								
масло растительное	9,33	9,33								
лук репчатый	10,66	9,33								
морковь	13,33	10,66								
томат-пюре	6,66	6,66								
крупа рисовая	46,66	46,66								
какао с молоком			200	4,07	3,54	17,57	118,6			
Технологическая карта №382 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
какао	4	4								
сахар	20	20								
молоко	100	100								
вода	110	110								
вафли с фруктовой начинкой			40	1,28	1,12	32,04	116			
хлеб ржаной			60	2,7	0,42	29,85	128,4			
хлеб пшеничный			40	3,16	0,4	19,32	93,52			
всего за обед				33,27	27,74	163,09	1001,8			
всего за день				47,75	44,01	246,28	1634,8			

Наименование блюд и продуктов	день 8		Химический состав					энерг. цен. (ккал)
	Брутто (г)	Нетто (г)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды		
							4	
1	2	3	4	5	6	7	8	
день №8-завтрак								
Суп молочный с крупой			200	2,97	3,57	6,14	120	
Технологическая карта №121 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
молоко	100	100						
вода	110	110						
пшено	16	16						
масло сливочное	1,60	1,6						
сахар	2	2						
соль	1	1						
Бутерброды горячие с сыром			50	5,58	8,32	14,84	157	
Технологическая карта №7 сборник								
сыр российский	10	10						
масло сливочное	6	6						
хлеб пшеничный	30	30						
хлеб ржаной			60	3,96	1,2	23,76	118,8	
какао с молоком сгущенным (200	3,66	2,6	25,09	138,4	
Технологическая карта №383 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
какао порошок	4	4						
молоко цельное сгущенное	38	38						
сахар	3	3						
вода	104	104						
всего за завтрак				16,17	15,89	69,83	534,2	
день № 8-обед								
салат из моркови с яблоками и курагой			100	1,83	4,9	1,19	105,01	
Технологическая карта №81 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
морковь	82,6	74						
яблоки свежие	14,3	10						
курага	5,6	10						
сахар	2	2						
масло растительное	5	5						
суп картофельный с мясными фрикадельками			250	2,19	2,78	15,39	106	
Технологическая карта №104 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
картофель	53,5	40						
морковь	5	4						
лук репчатый	4,8	4						
томат	1	1						
масло растительное	1	1						
бульон или вода	150	150						
Фрикадельки(полуфабрикат)	40	30						
картофельное пюре			200	4,09	6,41	27,28	183,18	
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
картофель	228,22	171,16						
молоко кипяченое	31,83	31,83						
соль	1,33	1,33						
масло сливочное	7	7						
гуляш из говядины			100	14,55	16,79	2,89	221	
Технологическая карта №260 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
говядина	107	79						
масло растительное	5	5						
лук репчатый	12	10						
томат	8	8						
мука	2	2						
Компот из смеси сухофруктов			200	0,66	0,09	32,01	132,8	
Технологическая карта №349 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельна 2017.г.								
сахар	15	15						
сухофрукты	24	24						
лимонная кислота	0,2	0,2						
бананы свежие			200	3	1	42	192	
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6	
хлеб пшеничный			20	1,47	0,66	10,28	52,4	
всего за обед				29,11	33,03	138,96	1031,99	
всего за день				45,28	48,72	208,79	1566,19	

день 9

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					энерг. цен. (ккал)
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды (г)		
1	2	3	4	5	6	7	8	
день № 9-завтрак								
хлопья кукурузные с молоком			200	7,12	6,53	21,14	173,3	
Технологическая карта №172 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
хлопья кукурузные	47,5	47,5						
молоко	152,5	152,5						
хлеб ржаной			100	6,92	1,2	42,28	214	
бутерброд с повидлом			55	2,4	3,87	27,83	156	
Технологическая карта №2 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
масло сливочное	5	5						
повидло	20,2	20						
хлеб пшеничный	30	30						
чай с лимоном			207	0,13	0,02	15,2	62	
Технологическая карта №377 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
чай	2	2						
вода	210	210						
сахар	15	15						
лимон	8	7						
всего за завтрак				16,57	11,62	106,45	605,3	
день №9 - обед								
Винегрет овощной			100	1,4	10,04	7,29	125,1	
Технологическая карта №67 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
картофель	28,9	21						
свекла	19,1	15						
морковь	12,6	10						
огурцы соленые	18,8	15						
капуста квашеная	21,4	15						
лук репчатый	18,9	15						
масло растительное	10	10						
соль	1,33	1,33						
Щи из свежей капусты с картофелем			250	1,76	4,95	7,9	89,75	
Технологическая карта №88сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
капуста белокочанная	87,5	70						
картофель	102,5	80						
морковь	12,5	10						
петрушка	3,25	2,5						
лук репчатый	12	10						
мука пшеничная	2,5	2,5						
томатное пюре	1,5	1,5						
масло растительное	2,5	2,5						
бульон или вода	5	5						
соль	1,33	1,33						
Минтай, тушеный в томате с овощами								
Технологическая карта №229 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
минтай свежемороженый	123	62	100	9,75	4,95	3,8	105	
масло растительное	5	5						
соль	1	1						
лук репчатый	10	8						
морковь	2,3	18						
томатной паста	10	10						
петрушка	4	3						
лавровый лист	0,15	0,15						
лимонная кислота	0,1	0,1						
рис отварной			200	4,85	5,73	48,98	279,88	
Технологическая карта №304 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна								
масло сливочное	7	7						
рис	70,06	70,06						
соль	1,33	1,33						
хлеб ржаной			20	0,94	0,14	9,98	42,8	
хлеб пшеничный			25	1,87	0,725	12,85	65,5	
кисель из кураги			200	0,89	0,06	32,75	154,6	
Технологическая карта №355 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.								
сахар	20	20						
курага	20	20						
крахмал	9	9						
лимонная кислота	0,2	0,2						
вода	220	220						
яблоко			200	0,4	0,4	9,9	94	
всего за обед				21,86	26,99	123,51	956,63	
всего за день				38,43	38,61	229,96	1561,93	

день 10

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				энерг. цен. (ккал)
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды	
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 10-завтрак							
вареники ленивые			200	31,54	15,42	30,89	388,6
Технологическая карта №217 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
творог	167,4	164					
мука	23	23					
сахар	12,5	12,5					
яйца	0,3 шт	12					
соль	1,6	1,6					
какао с молоком			200	4,07	3,54	17,57	118,6
Технологическая карта №382 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
какао-порошок	4	4					
сахар	20	20					
молоко	100	100					
вода	110	110					
Бутерброд с сыром российским			50	3,52	8,3	14,83	157
Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
сыр российский	16	15					
масло сливочное	5	5					
хлеб пшеничный	30	30					
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6
всего за завтрак				40,45	27,66	71,21	703,8
день 10 - обед							
салат из моркови с изюмом			100	1,72	1,41	16,71	86,41
Технологическая карта №66 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
морковь	100	75					
изюм	11	11					
сахар	10	10					
лимон(для сока)	11,9	5					
суп картофельный			250	2,34	2,82	16,87	114
Технологическая карта №97 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
картофель	150	112,5					
морковь	12,5	10					
лук репчатый	12	10					
масло растительное	2,5	2,5					
бульон или вода	175	175					
Жаркое по- домашнему из говядины			200	18,51	20,67	18,94	337,14
Технологическая карта №259 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
говядина высшего сорта	122,28	90,28					
масло растительное	6,85	6,85					
соль	1,13	1,13					
картофель	152	114,28					
лук репчатый	13,71	11,43					
томатное пюре	6,85	6,85					
хлеб ржаной			40	2,64	0,8	15,84	79,2
хлеб пшеничный			40	3,04	0,96	21,35	101,6
кофейный напиток с молоком			200	2,94	2,67	15,94	100,6
Технологическая карта №379 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна							
кофейный напиток	5	5					
сахар	20	20					
молоко	100	100					
вода	120	120					
зефир			50	0,4	0	39	109,4
всего за обед				13,08	29,33	144,65	928,35
всего за день				53,53	56,99	215,86	1632,15

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					энерг. цен. (ккал)	цена	сумма
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды (г)				
1	2	3	4	5	6.	7	8			
день № 6- завтрак										
каша вязкая молочная из риса с маслом										
Технологическая карта №174 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			200	6	10,84	42,94	294			
масло сливочное	10	10								
молоко	100	100								
рис	44	44								
сахар-песок	10	10								
соль	1,33	1,33								
хлеб ржаной										
булерброд с маслом			40	2,36	7,49	14,89	136			
Технологическая карта №1 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна										
масло сливочное	10	10								
хлеб пшеничный	30	30								
кофейный напиток с молоком										
Технологическая карта №379 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			200	2,94	2,67	15,94	100,6			
кофейный напиток	5	5								
сахар-песок	20	20								
молоко	100	100								
вода	120	120								
всего за завтрак			16,25	21,9	103,45	679,1				
обед										
Салат из белокачанной капусты с морковью										
Технологическая карта №45 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			100	1,33	6,08	0,82	94,12			
капуста	98,6	78,9								
морковь	12,5	10								
кислота лимонная	0,3	0,3								
сахар-песок	5	5								
масло растительное	5	5								
суп с рыбными консервами										
Технологическая карта №106 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			250	1,19	2,78	15,39	106			
рыбные консервы	48	48								
картофель	133,25	100								
морковь	12,5	10								
лук репчатый	12	10								
крупа рисовая	6	6								
масло растительное	2,5	2,5								
бульон или вода	175	175								
гуляш из говядины										
Технологическая карта №260 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			100	14,55	16,79	2,89	221			
говядина	107	79								
масло растительное	5	5								
лук репчатый	12	10								
томатное пюре	8	9,17								
мука	2	2								
Пюре из гороха с маслом										
Технологическая карта №199 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			200	21,28	9,13	46,69	286,66			
масло сливочное	6,66	6,66								
соль	1,33	1,33								
горох	66	66,66								
чай с молоком										
Технологическая карта №378 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а.тутельяна			200	1,52	1,35	15,9	81			
сахар-песок	15	15								
молоко	51	50								
чай	2	2								
вода	150	150								
хлеб ржаной			25	1,65	0,3	9,9	49,5			
хлеб пшеничный			25	1,9	0,6	13,35	63,5			
йогурт фруктовый			100	5,1	2,8	15,68	105			
всего за обед			48,52	39,83	120,6	1006,78				
всего за день			64,77	61,73	224,05	1685,88				

Наименование блюд и продуктов	Химический состав		Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды	энерг. цен. (ккал)	цена за 1 кг	Сумма
	Брутто (г)	Нетто (г)							
1	2	3	4	5	6	7	8		
день №1-завтрак									
каша жидкая молочная из манной крупы с маслом									
Технологическая карта №181 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
крупя манная	31	31							
молоко	100,00	100,00							
вода	75,00	75,00							
масло сливочное	10,00	10,00							
сахар	6,00	6,00							
соль	1,33	1,33							
			200	6,11	10,72	32,37	251		
бутерброд горячий с сыром									
Технологическая карта №7 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
сыр российский	16	15							
масло сливочное	6	6							
хлеб пшеничный	30	30							
			50	5,58	8,32	14,84	157		
чай с сахаром									
Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
сахар	15	15							
чай	4	4							
вода	210	210							
			200	0,07	0,02	15	60		
хлеб ржаной									
			100	4,6	0,6	49,6	214		
всего за завтрак									
			16,36	19,66	111,81	682			
Обед									
овощи натуральные свежие(помидоры)									
Технологическая карта №84 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
помидоры свежие	118	100							
			100	1,1	0,2	3,8	22		
борщ с фасолью и картофелем									
Технологическая карта №84 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
свекла	50	40							
картофель	33,25	25							
фасоль	10	10							
морковь	12	10							
петрушка	3,25	2,5							
лук репчатый	12	10							
томатное пюре	7,5	7,5							
масло растительное	5	5							
чеснок	1	0,75							
сахар	1,5	1,5							
соль	1,33	1,33							
бульон или вода	200	200							
			250	3,55	5,11	14,16	140,25		
Макаронные изделия отварные с овощами									
Технологическая карта №205 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
макаронные	70	70							
морковь	20	16							
петрушка	7,2	6,4							
лук репчатый	15,2	12,8							
томатное пюре	11,2	11,2							
масло растительное	8	8							
			200	6,91	7,98	38,03	251,2		
Тертели (полуфабрикат)									
Технологическая карта №333 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
тертели	80	70							
			80	10,4	16	3,44	199,2		
соус сметанный с томатом и луком									
Технологическая карта №333 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
сметана	6,25	6,25							
мука пшеничная	1,87	1,87							
вода	18,75	18,75							
соль	0,5	0,5							
лук репчатый	5,95	5							
масло сливочное	0,5	0,5							
томатное пюре	2,5	2,5							
			25	0,47	1,46	1,99	23,07		
хлеб ржаной									
			50	3,46	0,6	21,14	107		
хлеб пшеничный									
			40	3,16	0,4	19,32	93,52		
чай с лимоном									
Технологическая карта №377 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна									
чай	2	2							
вода	210	210							
сахар	15	15							
лимон	8	7							
			200	0,13	0,02	15,2	62		
печенье нарезное									
			25	1,67	1,88	18,01	95,75		
всего за обед									
			30,85	33,85	135,09	993,99			
Итого за день									
			47,21	53,31	246,9	1675,99			