

Наименование блюд и продуктов	День 1		Химический состав					энерг. цен. (ккал)	цена за 1 кг	сумма
	Брутто (г)	Нетто (г)	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.а тутьельяна 2017 г.			150	6,17	4,4	35,71	256,5			
хлопья овсяные "Геркулес"	33	33								
молоко	75	75								
вода	45	45								
масло сливочное	3,75	3,75								
сахар	4,5	4,5								
Бутерброд с повидлом										
Технологическая карта №2 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 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	2,84	0,48	15,84	79,2			
всего за завтрак				15,28	12,29	96,95	610,3			
Обед										
салат из свежих огурцов										
Технологическая карта №20 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017 г.			100	0,75	6,02	2,35	66,6			
огурцы свежие	118,8	95								
соль	1	1								
масло растительное	6	6								
Борщ с капустой и картофелем										
Технологическая карта №82 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 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	28,75	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 йодированная	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.а тутьельяна 2017 г.			150	5,86	0,49	32,32	156,37			
макароны	52,54	52,54								
соль пищевая йодированная	1	1								
соус сметанный с томатом										
Технологическая карта №331 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 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			25	1,85	0,3	9,9	49,5			
хлеб пшеничный			20	1,47	0,66	10,28	52,4			
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 тутьельяна 2017 г.										
сахар	15	15								
чай	4	4								
вода	210	210								
зефир			25	0,2	0	18,5	54,7			
всего за обед				20,04	37,66	108,03	835,34			
Итого за день				35,32	49,95	204,98	1446,64			

Наименование блюд и продуктов	день 2		Химический состав					цена	сумма
	Брутто (г)	Нетто (г)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)		
1	2	3	4	5	6	7	8		
день №2 -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.а тутьельяна 2017.г.			100	4,58	8,04	24,28	188,25		
крупка манная	23,25	23,25							
молоко	75	75							
вода	56,25	56,25							
сахар	1,9	7,3							
масло сливочное	4,8	8,3							
Бутерброд с сыром российским Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.			50	5,8	8,3	14,83	157		
сыр российский	18	15							
масло сливочное	5	5							
хлеб пшеничный	30	30							
хлеб ржаной			75	4,95	0,9	29,7	148,5		
кофейный напиток с молоком Технологическая карта №379 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.			200	2,94	2,67	15,94	100,8		
кофейный напиток	5	5							
сахар	20	20							
молоко	109	109							
вода	120	120							
всего за завтрак				18,27	19,91	84,75	594,35		
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 Технологическая карта №95 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.			260	2,09	3,05	12,7	113		
капуста свежая	25	20							
картофель	100	75							
морковь	12,5	10							
лук репчатый	12	10							
огурцы соленые	16,75	15							
масло растительное	6	5							
соль	1	1							
вода или бульон	186,25	186,25							
печень тушеная в соусе Технологическая карта №261 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.			100	2,72	8,78	3,81	159		
печень говяжья	86	71							
пшеничная мука	3	3							
масло растительное	5	5							
соус сметанный с луком			50	0,81	2,93	3,82	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			150	3,08	4,8	20,46	152,73		
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.									
масло сливочное	5,25	5,25							
молоко	23,72	23,72							
соль	1	1							
картофель	171,16	128,37							
Хлеб ржаной			40	2,84	0,8	15,84	79,2		
хлеб пшеничный			20	1,47	0,60	10,28	52,4		
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							
аспирин			200	18	0,6	21,8	107		
всего за обед				32,84	22,93	120,12	848,79		
всего за день				50,91	42,84	204,87	1443,14		

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 №3-завтрак										
омлет натуральный			174	16,17	28,8	3,06	338			
Технологическая карта №210 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
яйцо	3 шт	120								
молоко		45								
масло сливочное		6								
бутерброд с маслом			40	2,36	7,49	14,89	136			
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								
хлеб пшеничный		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								
молоко		51								
чай		2								
вода питьевая		150								
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6			
всего за завтрак				21,37	38,04	41,77	592,6			
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		99,6	78,9							
морковь		12,5	10							
кислота лимонная		0,3	0,3							
сахар		5	5							
масло растительное		5	5							
суп с макаронными 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.										
макароны или вермишель		12,5	12,5							
картофель		66,75	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			150	10,98	9,12	13,02	178,28			
Технологическая карта №289 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
брокер -цыпленок		82,28	58,28							
масло растительное		5,14	5,14							
картофель		91,71	68,57							
морковь		18	14,57							
томатное пюре		5,14	5,14							
лук репчатый		10,28	8,57							
мука пшеничная		0,85	0,85							
сок абрикосовый			200	1	0	5,4	105,6			
яблоко свежее			200	0,4	0,4	9,9	94			
хлеб ржаной			50	3,37	0,6	21,1	107			
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	127			
всего за обед				23,45	20,18	112,62	815			
всего за день				44,82	58,22	154,39	1407,5			

день 4

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 № 4 - завтрак										
каша вязкая из кукурузной крупы с маслом			150	5,72	8,31	38,07	250,5			
Технологическая карта №174 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
масло сливочное	5,62	5,62								
молоко	75	75								
кукурузная крупа	42,75	42,75								
сахар	4,5	4,5								
вода	48,75	48,75								
соль	1	1								
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 тутьельяна 2017.г.										
сыр Российский	16	15								
масло сливочное	6	6								
пшеничный хлеб	30	30								
какао с молоком			200	4,07	3,54	17,57	118,8			
Технологическая карта №382 сборник рецептур 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 питьевая	110	110								
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6			
всего за завтрак				16,69	20,57	78,4	565,7			
день № 4-обед										
салат из свежих помидоров с луком репчатым			100	1,11	6,18	0,73	78,58			
Технологическая карта №23 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
помидоры свежие	64,7	72								
лук репчатый	28,8	23								
масло растительное	6	6								
суп картофельный с бобовыми			250	5,49	5,27	16,53	148,25			
Технологическая карта №102 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
суп/набор 50% говяжий	22	20								
картофель	66,75	50								
горох	20,25	20								
лук	12	10								
морковь	12,5	10								
петрушка	3,25	2,5								
масло растительное	5	5								
плов из говядины			150	16,49	16,89	26,01	321,97			
Технологическая карта №265 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
говядина категории (а)	106,99	78,99								
крупа рисовая	33,99	33,99								
масло растительное	4,99	4,99								
лук репчатый	6	4,99								
морковь	9,99	7,99								
томатное пюре	7,99	7,99								
хлеб ржаной			20	1,3	0,24	8,4	42,6			
хлеб пшеничный			20	1,47	0,66	10,28	52,4			
компот из кураги			200	0,78	0,04	27,7	114,8			
Технологическая карта №348 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
курага	37	37								
сахар	20	20								
кислота лимонная	0,2	0,2								
йогурт фруктовый			100	5,1	2,8	15,66	105			
всего за обед				31,74	32,08	105,31	863,79			
всего за день				48,43	52,65	183,71	1429,49			

день 5

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 № 5 -завтрак										
каша вязкая молочная из риса с маслом			150	4,5	8,13	32,2	220,5			
Технологическая карта №174 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
масло сливочное	7,5	7,5								
молоко	75	75								
рис	33	33								
сахар	7,5	7,5								
соль	1	1								
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 тутьельяна										
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 тутьельяна										
масло сливочное	5	5								
повидло	20,2	20								
хлеб пшеничный	30	30								
всего за завтрак				10,49	12,54	112,38	697			
день №5-обед										
салат из белокачанной капусты с яблоками			100	0,12	5,1	11,18	90,1			
Технологическая карта №46 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
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	5,08	11,98	106,5			
Технологическая карта №96 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
суп/набор 50% говяжий	22	20								
картофель	100	76								
перловка	5	5								
морковь	12,5	10								
лук	6	5								
огурец соленый	16,75	12								
масло растительное	5	5								
пюре картофельное			150	3,08	4,8	20,46	152,73			
Технологическая карта №312 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
масло сливочное	5,25	5,25								
молоко	23,72	23,72								
соль	1	1								
картофель	171,16	126,37								
курица, тушенная в соусе сметанном с томатом			100	11,65	11,66	3,51	166			
Технологическая карта №290 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
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	1,85	0,3	9,9	49,5			
хлеб пшеничный			20	1,47	0,68	10,28	52,4			
какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с сахаром)			200	3,88	2,8	25,08	138,4			
Технологическая карта №383 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
какао	4	4								
молоко цельное сгущенное	38	38								
сахар	3	3								
вода	184	184								
печенье "Нарезное"			25	1,67	1,88	18,01	95,75			
всего за обед				27,29	33,44	110,39	851,38			
всего за день				37,78	46,69	222,77	1448,38			

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			150	3,28	2,85	10,02	90			
Технологическая карта №120 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
молоко	75	75								
вода	63	63								
макароны	12	12								
масло сливочное	1,2	1,2								
сахар-песок	0,9	0,9								
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			50	3,52	8,3	14,83	157			
Технологическая карта №3 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
сыр российский	16	16								
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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
кофейный напиток	5	5								
молоко сгущенное с сахаром	40	40								
вода	200	200								
всего за завтрак				19,69	18,64	75,75	571,7			
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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
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			150	8,59	6,09	38,67	228,98			
Технологическая карта №302 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
крупа гречневая	70,99	70,99								
масло сливочное	5,25	5,25								
соль	1	1								
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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
чай	4	4								
сахар-песок	15	15								
вода	210	210								
хлеб ржаной			25	1,65	0,3	9,9	49,5			
хлеб пшеничный			20	1,47	0,66	10,28	52,4			
груша			200	0,8	0,6	20,6	94			
всего за обед				25,74	28,11	119,07	835,15			
всего за день				45,42	46,75	194,82	1406,85			

день 7

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 № 7 - завтрак										
каша жидкая молочная из гречневой крупы			150	4,5	5,1	2,1	151,5			
Технологическая карта №183 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
гречневая крупа	30	30								
вода питьевая	22,5	22,5								
молоко	105	105								
сахар	4,5	4,5								
масло сливочное	3,75	3,75								
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				12,98	14,54	82,49	582,5			
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 белокачанная	31,3	25								
морковь	18,8	15								
лук зеленый	12,5	10								
перец сладкий	25	15								
горошек консервированный	30,8	20								
сахар	5	5								
кислота лимонная	0,15	0,15								
масло растительное	6	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	86,25	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	61,5	61,6								
масло сливочное	7	7								
яйца	2,2 шт	88								
вода или молоко	96,6	96,6								
соль	1,8	1,8								
плов из птицы			150	12,7	8,74	26,79	228,99			
Технологическая карта №291 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.										
курица	105,99	72								
масло растительное	6,99	6,99								
лук репчатый	7,99	6,99								
морковь	9,99	7,99								
томат-пюре	4,99	4,99								
крупа рисовая	34,99	34,99								
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			30	1,35	0,21	14,92	64,2			
хлеб пшеничный			40	3,16	0,4	19,32	93,52			
всего за обед				33,27	24,61	138,22	861,36			
всего за день				47,75	39,15	220,71	1443,86			

день 8

Наименование блюд и продуктов 1	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Химический состав					энерг. цен. (ккал) 8
			Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле - воды 7		
день №8-завтрак								
Суп молочный с крупой			150	2,22	2,67	4,6	90	
Технологическая карта №121 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.								
молоко	75	75						
вода	82,5	82,5						
пшено	12	12						
масло сливочное	1,20	1,20						
сахар	1,5	1,5						
соль	0,75	0,75						
бутерброды горячие с сыром			50	5,58	8,32	14,84	157	
Технологическая карта №7 сборник								
сыр российский	16	15						
масло сливочное	6	6						
хлеб пшеничный	30	30						
хлеб ржаной			100	6,74	1,2	42,2	214	
какао с молоком сгущенным			200	3,66	2,8	25,09	138,4	
Технологическая карта №383								
сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.								
какао порошок	4	4						
молоко цельное сгущенное	38	38						
сахар	3	3						
вода	164	164						
всего за завтрак				18,2	14,79	86,73	599,4	
день № 8-обед								
салат из моркови с яблоками и курагой			100	1,83	4,9	1,19	105,01	
Технологическая карта №61								
сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.								
морковь	92,6	74						
яблоки свежие	14,3	10						
курага	6,6	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 тутьельяна 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			150	3,06	4,8	20,46	152,73	
Технологическая карта №312								
сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.								
картофель	171,18	128,37						
молоко кипяченое	23,72	23,72						
соль	1	1						
масло сливочное	5,25	5,25						
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 тутьельяна 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 тутьельяна 2017.г.								
сахар	15	15						
сухофрукты	24	24						
лимонная кислота	0,2	0,2						
бананы свежие			100	1,5	0,5	21	96	
хлеб ржаной			10	0,65	0,12	4,1	21,2	
хлеб пшеничный			10	0,735	0,33	5,14	26,2	
всего за обед				43,375	30,31	102,18	861,94	
всего за день				42	45,1	188,91	1461,34	

Наименование Блюда и продуктов 1	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Химический состав					энерг. цен. (ккал) 8
			Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле- воды (г) 7		
день № 9-завтрак								
хлопья кукурузные с молоком Технологическая карта №172 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна			150	5,34	4,63	15,85	129,97	
хлопья кукурузные	35,62	35,62						
молоко	114,37	114,37						
хлеб ржаной			100	6,92	1,2	42,28	214	
бутерброд с повидлом Технологическая карта №2 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна			55	2,4	3,87	27,83	156	
масло сливочное	5	5						
повидло	20,2	20						
хлеб пшеничный	30	30						
чай с лимоном Технологическая карта №377 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна			207	0,13	0,02	15,2	62	
чай	2	2						
вода	210	210						
сахар	15	15						
лимон	8	7						
всего за завтрак				14,79	9,72	101,26	561,97	
день №9 - обед								
Винегрет овощной Технологическая карта №67 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна			100	1,4	10,04	7,29	125,1	
картофель	28,9	21						
свекла	19,1	15						
морковь	12,6	10						
огурцы соленые	18,2	15						
капуста квашеная	21,4	15						
лук репчатый	18,5	15						
масло растительное	10	10						
соль	1,33	1,33						
Щи из свежей капусты с картофелем Технологическая карта №88сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в. тутельяна			250	1,76	4,95	7,9	89,75	
капуста белокачанная	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.в.тутельяна			100	9,75	4,95	3,8	105	
минтай свежемороженый	120	62						
масло растительное	5	5						
соль	1	1						
лук репчатый	10	8						
морковь	23	16						
томатная паста	10	10						
петрушка	4	3						
лавровый лист	0,15	0,15						
лимонная кислота	0,1	0,1						
рис отварной Технологическая карта №304 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в. тутельяна			200	4,85	5,73	48,98	279,88	
масло сливочное	7	7						
рис	70,06	70,06						
соль	1,33	1,33						
хлеб ржаной			20	0,94	0,14	9,96	42,8	
хлеб пшеничный			10	0,735	0,33	5,14	26,2	
кисель из кураги Технологическая карта №355 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна 2017.г.			200	0,89	0,06	32,75	154,6	
сахар	20	20						
курага	20	20						
крахмал	9	9						
лимонная кислота	0,2	0,2						
вода	220	220						
яблоко			100	0,2	0,2	4,95	47	
всего за обед				20,52	26,37	120,75	870,33	
всего за день				35,31	36,09	222,01	1432,3	

день 10

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 10-завтрак							
вареники ленивые							
Технологическая карта №217 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна			150	23,65	11,56	23,16	291,45
творог	125,55	123					
мука	17,25	17,25					
сахар	9,37	9,37					
яйца	0,225	9					
соль	1,2	1,2					
какао с молоком							
Технологическая карта №382 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна			200	4,07	3,54	17,57	118,6
какао-порошок	4	4					
сахар	20	20					
молоко	100	100					
вода	110	110					
Бутерброд с сыром российским							
Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна			50	3,52	8,3	14,83	157
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				32,56	23,8	63,48	606,65
день 10 - обед							
салат из моркови с изюмом							
Технологическая карта №66 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна			100	1,72	1,41	16,71	86,41
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 тутьяна							
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							
Технологическая карта №259 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна			150	13,88	15,5	14,2	252,85
говядина высшего сорта	91,71	67,71					
масло растительное	5,13	5,13					
соль	1	1					
картофель	114	85,71					
лук репчатый	10,28	8,57					
томатное пюре	5,13	5,13					
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							
Технологическая карта №379 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна			200	2,94	2,67	15,94	100,6
кофейный напиток	5	5					
сахар	20	20					
молоко	100	100					
вода	120	120					
зефир			50	0,4	0	39	109,4
всего за обед				26,96	24,16	139,91	844,06
всего за день				56,58	47,96	203,39	1450,31

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										
каша вязкая молочная из риса с маслом			150	4,5	8,13	32,2	220,5			
Технологическая карта №174 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
масло сливочное	7,5	7,5								
молоко	75	75								
рис	33	33								
сахар-песок	7,5	7,5								
соль	1	1								
хлеб ржаной			50	3,3	0,6	19,8	99			
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										
масло сливочное	10	10								
хлеб пшеничный	30	30								
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 тутьельяна										
кофейный напиток	5	5								
сахар-песок	20	20								
молоко	100	100								
вода	120	120								
всего за завтрак				13,1	18,89	82,63	566,1			
обед										
Салат из белокочанной капусты с морковью			100	1,33	6,08	0,82	94,12			
Технологическая карта №45 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
капуста	94,6	78,9								
морковь	12,5	10								
кислота лимонная	0,3	0,3								
сахар-песок	5	5								
масло растительное	5	5								
суп с рыбными консервами			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 тутьельяна										
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			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 тутьельяна										
говядина	107	79								
масло растительное	5	5								
лук репчатый	12	10								
томатное пюре	8	9,17								
мука	2	2								
Пюре из гороха с маслом			150	15,96	6,84	35,01	214,99			
Технологическая карта №199 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна										
масло сливочное	4,99	4,99								
соль	1	1								
горох	51	49,99								
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										
сахар-песок	15	15								
молоко	51	50								
чай	2	2								
вода	150	150								
хлеб ржаной			10	0,85	0,12	4,1	21,4			
хлеб пшеничный			10	0,735	0,33	5,14	26,2			
йогурт фруктовый			100	5,1	2,8	15,66	105			
всего за обед				41,03	37,09	94,01	869,71			
всего за день				54,13	55,08	177,74	1470,21			

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 жидкая молочная из манной крупы с маслом			150	4,58	8,04	24,28	188,25			
Технологическая карта №181 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна										
крупы манная	23,25	23,25								
молоко	75,00	75,00								
вода	56,25	56,25								
масло сливочное	7,50	7,50								
сахар	4,50	4,50								
соль	1	1								
бутерброд горячий с сыром			50	5,58	8,32	14,84	157			
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								
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.в.тутельяна										
сахар	15	15								
чай	4	4								
вода	210	210								
хлеб ржаной			100	4,6	0,6	49,6	214			
всего за завтрак				14,83	16,98	103,75	619,25			
Обед										
овощи натуральные свежие(помидоры)			100	1,1	0,2	3,8	22			
помидоры свежие	118	100								
борщ с фасолью и картофелем			250	3,55	5,11	14,18	140,25			
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								
Макаронные изделия отварные с овощами			150	5,18	5,98	26,52	188,4			
Технологическая карта №205 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.в.тутельяна										
макаронны	52,5	52,5								
морковь	15	12								
петрушка	5,4	4,8								
лук репчатый	11,4	9,6								
томатное пюре	8,4	8,4								
масло растительное	6	6								
Тфтели (полуфабрикат)			80	10,4	18	3,44	199,2			
тфтели	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.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								
хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	29,6			
хлеб пшеничный			40	3,16	0,4	19,32	93,62			
чай с лимоном			200	0,13	0,02	15,2	62			
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								
печенье нарезное			25	1,87	1,88	18,01	95,75			
всего за обед				26,98	31,45	112,36	856,79			
Итого за день				41,79	48,43	216,11	1473,04			