

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБОУ Вознесенской СОШ

имени Л.Чекмарёва

В.В.Капля



***Примерное осенне-зимнее  
2-х недельное меню для  
организации питания детей  
в возрасте от 1,5 - 3 лет,  
посещающих  
дошкольные образовательные  
учреждения  
с 10-часовым пребыванием***

Составил: технолог МКУ «Управление образования Баганского района»  
Л.А.Максименко  
Тел.8-9607791910

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 №1-завтрак							
<b>Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром</b>			130	5,34	3,81	30,94	202,3
Технологическая карта №173 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.							
хлопья овсяные"Геркулес"	28,6	28,6					
молоко	65	65					
вода	39	39					
масло сливочное	3,25	3,25					
сахар	3,9	3,9					
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,735	0,33	5,14	26,2
<b>чай с молоком</b>			150	1,14	1	11,92	60,75
Технологическая карта №378 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.							
сахар	11,25	11,25					
молоко	38,25	37,5					
чай	1,5	1,5					
вода питьевая	112,5	112,5					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,66	0,12	3,96	19,8
<b>всего за завтрак</b>				<b>7,87</b>	<b>5,26</b>	<b>51,96</b>	<b>309,05</b>
<b>Второй завтрак</b>							
<b>сок абрикосовый</b>			130	0,65	0	16,51	68,64
<b>всего за второй завтрак</b>				0,65	0	16,51	68,64
Обед							
<b>горошек зеленый консервированный</b>			30	0,86	1,62	0,81	17,76
Технологическая карта №306 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.							

<b>горошек зеленый консервированный</b>	44,76	29,1					
<b>Борщ с капустой и картофелем</b>			150	1,08	2,94	6,52	62,25
Технологическая карта №82 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.							
суп.набор	37,4	37,5					
свекла	30	24					
капуста свежая или квашеная	15	12					
картофель	21	16,05					
морковь	7,5	6					
петрушка	1,95	1,2					
лук репчатый	7,2	6					
томатное пюре	4,5	4,5					
масло растительное	3	3					
соль пищевая йодированная	0,6	0,6					
сахар	1,5	1,5					
<b>макаронные изделия отварные</b>			110	4,15	0,35	23,7	114,67
Технологическая карта №202 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.							
макароны	38,52	38,52					
соль пищевая йодированная	0,06	0,06					
<b>соус сметанный с томатом</b>			25	0,44	1,25	1,755	20,025
Технологическая карта №331 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.							
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					
<b>котлета (полуфабрикат)</b>			50	4	12	3	136
котлета ( московская)	50	40					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4
<b>хлеб пшеничный</b>			20	1,47	0,66	10,28	52,4
<b>чай с сахаром</b>			150	0,04	0,015	11,25	45

Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сахар	11,25	11,25					
чай	3	3					
вода	157,5	157,5					
<b>всего за обед</b>				12,69	18,95	61,41	469,5
<b>Полдник</b>							
<b>кефир</b>			150	3,75	3,75	6	79,16
<b>печенье нарезное</b>			30	2	2,25	21,61	124
<b>всего за полдник</b>				<b>5,75</b>	<b>6</b>	<b>27,61</b>	<b>203,16</b>
<b>Итого за день</b>				<b>26,96</b>	<b>30,21</b>	<b>151,49</b>	<b>1050,35</b>

день 2

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					энерг. цен. (ккал)	цена
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	8		
1	2	3	4	5	6	7	8		
день №2 -завтрак									
<b>каша жидкая молочная из манной крупы с маслом</b>			130	3,96	6,96	21,04	153,15		
Технологическая карта №181 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.									
крупa манная	20,15	20,15							
молоко	65	65							
вода	48,75	48,75							
сахар	7,5	6,5							
масло сливочное	3,9	3,9							
<b>Бутерброд с сыром росcийским</b>			15	1,74	2,49	4,44	47,1		

Технологическая карта №3 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.								
сыр российский	4,8	4,5						
масло сливочное	1,5	1,5						
хлеб пшеничный	9	9						
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,66	0,2	3,96	19,8	
<b>кофейный напиток с молоком</b>			150	2,28	2,08	11,94	65,45	
Технологическая карта №379 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.								
кофейный напиток	3,75	3,75						
сахар	15	15						
молоко	75	75						
<b>вода</b>	90	90						
<b>всего за завтрак</b>				<b>8,64</b>	<b>11,73</b>	<b>41,38</b>	<b>285,5</b>	
<b>второй завтрак</b>								
<b>апельсин</b>			120	<b>10,8</b>	<b>0,3</b>	<b>12,96</b>	<b>70,68</b>	
<b>обед</b>								
<b>салат из моркови с изюмом</b>			30	0,51	0,423	5,01	25,92	
Технологическая карта №66 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.								
<b>морковь</b>	30	22,5						
<b>изюм</b>	3,3	3,3						
<b>сахар</b>	3	3						
лимон( для сока)	3,57	1,5						
<b>рассольник домашний</b>			150	1,25	1,83	7,62	67,8	
Технологическая карта №95 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.								
капуста свежая	15	12						
картофель	56,25	45						
морковь	7,5	6						

лук репчатый	7,5	6					
огурцы соленые	10,05	9					
масло растительное	3	3					
соль	0,6	0,6					
вода или бульон	111,75	111,75					
<b>печень тушеная в соусе</b>			50	1,35	4,37	1,9	79,5
Технологическая карта №261 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
печень говяжья	43	35,5					
пшеничная мука	1,5	1,5					
масло растительное	2,5	2,5					
<b>соус сметанный с луком</b>			25	0,405	1,46	1,76	18,52
Технологическая карта №332 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сметана	6,25	6,25					
мука пшеничная	1,87	1,87					
вода	18,75	18,75					
лук репчатый	5,95	5					
масло сливочное	0,5	0,5					
<b>пюре картофельное</b>			110	2,24	3,52	15	112
Технологическая карта №312 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
масло сливочное	3,85	3,85					
молоко	17,39	17,39					
соль	0,73	0,73					
картофель	125,51	94,13					
Хлеб ржаной			20	1,32	0,4	7,92	39,6
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,375	0,33	5,14	26,2
<b>компот из сухофруктов</b>			150	0,49	0,067	24	99,6
Технологическая карта №349 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сахар	11,25	11,25					
сухофрукты	18	18					
лимонная кислота	0,15	0,15					
<b>всего за обед</b>				<b>7,94</b>	<b>12,4</b>	<b>68,35</b>	<b>469,14</b>

<b>Полдник</b>							
<b>блинчики с повидлом</b>			<b>75</b>	<b>0,84</b>	<b>1,28</b>	<b>24,04</b>	<b>124</b>
Технологическая карта №399							
мука пшеничная	27,73	27,73					
вода	69,33	69,33					
яйца	1/3шт	5,33					
сахар	1,66	1,66					
соль	0,53	0,53					
масло растительное	2	2					
повидло	6,66	6,66					
<b>Молоко кипяченое</b>			<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>7,2</b>	<b>80,25</b>
Технологическая карта №385							
молоко	189,9	180					
<b>всего полдник</b>				<b>5,19</b>	<b>5,03</b>	<b>31,24</b>	<b>204,25</b>
<b>всего за день</b>				<b>32,57</b>	<b>29,46</b>	<b>153,93</b>	<b>1029,57</b>

Наименование блюд и продуктов 1	Брутто (г) 2	Нетто (г) 3	Химический состав				
			Выход (г) 4	Белки (г) 5	Жиры (г) 6	Угле - воды 7	энерг. цен. (ккал) 8
<b>день №3-завтрак</b>							
<b>омлет натуральный</b>			130	12,74	22,68	2,4	200,22
Технологическая карта №210 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
яйцо	2/6шт	104					
молоко	39	39					
масло сливочное	5,2	5,2					
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,735	0,33	5,14	26,2
<b>чай с лимоном</b>			150	0,09	0,015	11,4	46,50
Технологическая карта №377сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
чай	1,5	1,5					
вода питьевая	157,5	157,5					
сахар	11,25	11,25					
лимон	6	5,25					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,66	0,2	3,96	19,8
<b>всего за завтрак</b>				<b>14,22</b>	<b>23,225</b>	<b>22,9</b>	<b>292,72</b>
<b>второй завтрак</b>							
<b>яблоко свежее</b>			<b>150</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,42</b>	<b>70,5</b>

<b>день №3-обед</b>							
<b>салат из белокачанной капусты с морковью</b>			30	0,395	1,82	0,245	28,23
<b>Технологическая карта №45 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.</b>							
<b>капуста белокачанная свежая</b>	29,58	23,67					
<b>морковь</b>	3,75	3					
<b>кислота лимонная</b>	0,09	0,09					
сахар	1,5	1,5					
масло растительное	1,5	1,5					
<b>суп с макаронами изделиями и картофелем</b>			150	1,53	1,66	9,4	65,4
<b>Технологическая карта №112сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.</b>							
макароны или вермишель	7,5	7,5					
картофель	40,05	30					
морковь	7,5	6					
лук репчатый	7,2	6					
масло растительное	1,5	1,5					
томатное пюре	1,5	1,5					
бульон или вода	127,5	127,5					
соль	0,6	0,6					
<b>Рагу из брелера - цыпленка</b>			110	8,05	6,68	9,57	130,73
<b>Технологическая карта №289 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.</b>							
брелер -цыпленок	60,33	42,73					
масло растительное	3,76	3,76					
картофель	67,25	50,28					
морковь	13,2	10,68					
томатное пюре	3,76	3,76					
лук репчатый	7,53	6,28					
мука пшеничная	0,62	0,62					
<b>сок виноградный</b>			150	0,45	0,3	24,46	102,39
<b>хлеб ржаной</b>			20	1,32	0,4	7,92	39,6
<b>хлеб пшеничный</b>			50	3,8	1,2	26,7	127



<b>всего за обед</b>				<b>15,84</b>	<b>12,06</b>	<b>78,29</b>	<b>493,35</b>
<b>полдник</b>							
Булочка дорожная			40	2,71	5,58	16,84	128,4
Технологическая карта №425							
мука пшеничная	37,53	37,53					
сахар	7,38	7,38					
маргарин	8	8					
дрожжи пресованные	0,92	0,92					
соль	0,36	0,36					
вода питьевая	18,76	18,76					
Крошка							
мука пшеничная	1,24	1,24					
маргарин	1,24	1,24					
<b>Какао с молоком</b>			150	3,04	2,64	13,17	88,93
Технологическая карта №382							
какао	3	3					
сахар	15	15					
молоко	75	75					
вода питьевая	82,5	82,5					
всего за полдник				<b>5,75</b>	<b>8,22</b>	<b>30,01</b>	<b>217,33</b>
<b>всего за день</b>				<b>36,11</b>	<b>43,8</b>	<b>138,62</b>	<b>1073,9</b>

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
<b>день № 4 - завтрак</b>							
<b>каша вязкая из кукурузной крупы с маслом</b>			130	4,95	7,2	32,99	207,1
Технологическая карта №174 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 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					
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,375	0,33	5,14	26,2
<b>чай с сахаром</b>			150	0,04	0,015	11,25	45

Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сахар	11,25	11,25					
чай с сахаром	3	3					
вода	157,5	157,5					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4
<b>всего за завтрак</b>				<b>6,015</b>	<b>7,66</b>	<b>53,48</b>	<b>299,7</b>
<b>Второй завтрак</b>							
<b>банан</b>			70	1,05	0,35	14,7	67,2
<b>всего за второй завтрак</b>				1,05	0,35	14,7	67,2
<b>день № 4-обед</b>							
<b>кукуруза сахарная консервированная</b>			<b>30</b>	<b>0,665</b>	<b>3,7</b>	<b>0,43</b>	<b>47,13</b>
<b>Технологическая карта №306 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.</b>							
<b>кукуруза сахарная консервированная</b>	48,51	29,1					
<b>суп картофельный с бобовыми</b>			<b>150</b>	<b>3,29</b>	<b>3,15</b>	<b>9,91</b>	<b>88,95</b>
Технологическая карта №102 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
суп/набор 50% говяжий	13,2	12					
картофель	40,05	30					
горох	12,15	12					
лук	7,2	6					
морковь	7,5	6					
петрушка	1,95	1,5					
масло растительное	3	3					
<b>плов из говядины</b>			<b>110</b>	<b>12,09</b>	<b>12,38</b>	<b>19,07</b>	<b>236,11</b>
Технологическая карта №265 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и							

в.а тутельяна							
говядина категории (а)	78,45	57,92					
крупа рисовая	24,92	24,92					
масло растительное	3,65	3,65					
лук репчатый	4,4	3,65					
морковь	7,32	5,85					
томатное пюре	5,85	5,85					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,735	0,33	5,14	26,2
<b>чай с молоком</b>			<b>150</b>	<b>1,14</b>	<b>1</b>	<b>11,92</b>	<b>60,75</b>
Технологическая карта №378 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельян							
сахар	11,25	11,25					
молоко	38,25	37,5					
чай	1,5	1,5					
вода	112,5	112,5					
<b>всего за обед</b>				<b>18,57</b>	<b>20,68</b>	<b>50,57</b>	<b>480,54</b>
<b>Полдник</b>							
пряники детские			40	2,57	3,28	27,31	141,2
<b>Ряженка</b>			150	4,35	3,75	6,3	76,5
Всего за полдник				<b>6,92</b>	<b>7,03</b>	<b>33,61</b>	<b>217,7</b>
<b>всего за день</b>				<b>32,17</b>	<b>35,72</b>	<b>152,36</b>	<b>1065,14</b>

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 № 5 -завтрак							
<b>каша вязкая молочная из риса с маслом</b>			130	3,9	7,04	27,9	181,1
Технологическая карта №174 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
масло сливочное	6,5	6,5					
молоко	65	65					
рис	28,6	28,6					
сахар	6,5	6,5					

соль	0,86	0,86					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,7
<b>чай с сахаром</b>			150	0,04	0,015	11,25	45
Технологическая карта №376 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
чай	3	3					
сахар	11,25	11,25					
вода	157,5	157,5					
<b>бутерброд с повидлом</b>			18,3	0,8	1,28	9,27	42
Технологическая карта №2 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
масло сливочное	1,66	1,66					
повидло	6,73	6,73					
хлеб пшеничный	10	10					
<b>всего за завтрак</b>				<b>5,39</b>	<b>8,45</b>	<b>52,52</b>	<b>289,8</b>
Второй завтрак							
Груша			150	0,6	0,45	15,45	70,5
<b>день №5-обед</b>							
<b>салат из белокачанной капусты с яблоками</b>			30	0,036	1,53	3,31	27,03
Технологическая карта №46 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
капуста белокачанная свежая	16,89	13,5					
морковь	5,64	4,5					
яблоки свежие	10,71	7,5					
лук репчатый	1,8	1,25					
чеснок	0,36	0,3					
сахар	1,5	1,5					
масло растительное	1,5	1,5					
<b>рассольник ленинградский</b>			150	1,2	3,05	7,18	63,9

Технологическая карта №96 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
суп/набор 50% говяжий	13,2	12					
картофель	60	45					
перловка	3	3					
морковь	7,5	6					
лук	4,2	3					
огурец соленый	10,05	7,2					
масло растительное	3	3					
<b>пюре картофельное</b>			110	2,24	3,52	15	112
Технологическая карта №312 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
масло сливочное	3,85	3,85					
молоко	17,39	17,39					
соль	0,73	0,73					
картофель	125,51	94,13					
<b>курица, тушенная в соусе сметанном с томатом</b>			50	5,82	5,82	1,75	83
Технологическая карта №290 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
<b>курица</b>	<b>54,5</b>	<b>54,5</b>					
<b>масло растительное</b>	<b>1</b>	<b>1</b>					
<b>соус сметанный с томатом</b>							
<b>сметана</b>	<b>6,25</b>	<b>6,25</b>					
<b>мука</b>	<b>1,87</b>	<b>1,87</b>					
<b>вода</b>	<b>18,75</b>	<b>18,75</b>					
томатное пюре	2,5	2,5					
соль	0,5	0,5					
<b>хлеб ржаной</b>			25	1,65	0,3	9,9	49,5
<b>хлеб пшеничный</b>			20	1,47	0,66	10,28	52,4
<b>какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с сахаром)</b>			150	2,73	1,11	18,48	103,8

Технологическая карта №383 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна								
какао	3	3						
молоко цельное сгущенное	28,99	28,99						
сахар	2,25	2,25						
вода	123	123						
<b>всего за обед</b>				<b>15,14</b>	<b>15,99</b>	<b>65,9</b>	<b>491,63</b>	
<b>Полдник</b>								
<b>Вареники (полуфабрикат)</b>			70	6,93	1,77	12,74	94,85	
Технологическая карта №395								
вареники	58,45	58,26						
масло сливочное	1,75	1,75						
хлеб пшеничный			10	0,375	0,33	5,14	26,2	
<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>0,49</b>	<b>0,06</b>	<b>24</b>	<b>99,6</b>	
Технологическая карта № 349								
сахар	11,25	11,25						
сухофрукты	18	18						
лимонная кислота	0,15	0,15						
<b>Всего за полдник</b>				<b>7,695</b>	<b>2,16</b>	<b>41,88</b>	<b>220,65</b>	
<b>всего за день</b>				<b>21,82</b>	<b>27,05</b>	<b>175,75</b>	<b>1072,58</b>	

день 6

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав					энерг. цен. (ккал)	цена
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды			
1	2	3	4	5	6	7	8		
день № 6- завтрак									
<b>суп молочный с макаронными изделиями</b>			130	2,46	2,13	7,51	67,5		
Технологическая карта №120 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна									
молоко	56,25	56,25							
вода	47,25	47,25							
макароны	9	9							
масло сливочное	0,9	0,9							
сахар-песок	0,67	0,67							
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4		
<b>яйцо вареное</b>			40	5	4,6	0,28	62,8		

<b>бутерброд с сыром российским</b>			15	1,74	2,49	4,44	47,1
Технологическая карта №3 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна							
сыр российский	4,8	4,5					
масло сливочное	1,5	1,5					
хлеб пшеничный	9	9					
<b>кофейный напиток с молоком сгущенным</b>			150	2,19	1,49	15,68	75,05
Технологическая карта №380 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна							
кофейный напиток	3,75	3,75					
молоко сгущенное с сахаром	30	30					
вода	150	150					
<b>всего за завтрак</b>				<b>12,42</b>	<b>11,17</b>	<b>33,14</b>	<b>284,35</b>
<b>второй завтрак</b>							
сок яблочный			170	1,7	0	17,17	72,08
<b>Всего зв второй завтрак</b>				<b>1,7</b>	<b>0</b>	<b>17,17</b>	<b>72,08</b>
<b>обед</b>							
<b>горошек зеленый консервированный</b>			30	0,86	0,81	1,73	17,76
<b>Технологическая карта №306</b>							
горошек зеленый консервированный	44,76	29,1					
<b>суп с рыбными консервами</b>			150	0,71	1,66	9,23	63,6
Технологическая карта №106 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна							
рыбные консервы	28,8	28,8					
картофель	79,95	60					
морковь	7,5	6					
лук репчатый	7,2	6					
крупа рисовая	3,6	3,6					
масло растительное	1,5	1,5					
бульон или вода	105	105					
<b>каша рассыпчатая гречневая</b>			110	6,29	4,46	28,36	167,91

Технологическая карта №302 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна								
крупа гречневая	52,05	52,05						
масло сливочное	3,85	3,85						
соль	0,73	0,73						
<b>тефтели(полуфабрикат)</b>			50	6,5	10	2,15	124,5	
тефтели	50	40						
<b>Соус сметанный с томатом и луком</b>			25	0,47	1,46	1,99	23,07	
<b>Технологическая карта №333 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна</b>								
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						
<b>чай с сахаром</b>			150	0,04	0,015	11,25	45	
Технологическая карта №376 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна								
чай	3	3						
сахар-песок	11,25	11,25						
вода	157,5	157,5						
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,66	0,12	3,96	19,8	
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,735	0,33	5,14	26,2	
<b>всего за обед</b>				<b>20,26</b>	<b>19,66</b>	<b>63,81</b>	<b>487,84</b>	
<b>полдник</b>								
<b>Пирожки простые печеные из дрожжевого теста с фаршем №461( из свежей капусты)</b>			45	<b>2,82</b>	<b>1,15</b>	<b>16,51</b>	<b>87,6</b>	
<b>Технологическая карта №406</b>								
мука пшеничная в/с	28,5	28,5						



сахар-песок	1,98	1,98					
маргарин	0,85	0,85					
соль	0,45	0,45					
дрожжи пресованные	0,85	0,85					
вода	13,5	13,5					
<b>Фарш из свежей капусты</b>			33	1,1	0,98	2,46	21,87
<b>Технологическая карта № 461</b>							
капуста свежая	56,39	45,11					
масло растительное	2,63	2,63					
соль	0,37	0,37					
<b>компот из кураги</b>			180	0,7	0,036	12,93	103,32
<b>технологическая карта № 348</b>							
курага	33,3	33,3					
сахар-песок	18	18					
кислота лимонная	0,18	0,18					
<b>всего за подник</b>				4,62	2,16	31,9	212,79
<b>всего за день</b>				39	32,99	146,02	1057,05

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
<b>день № 7-завтрак</b>							
<b>каша жидкая молочная из гречневой крупы</b>			130	3,9	4,42	1,82	131,3
Технологическая карта №183 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
гречневая крупа	26	26					
вода питьевая	19,5	19,5					
молоко	91	91					
сахар	3,9	3,9					
масло сливочное	3,25	3,25					
<b>бутерброд с маслом</b>			20	1,18	3,74	7,44	68
Технологическая карта №1 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							

масло сливочное	5	5					
масло сливочное	15	15					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,2
<b>чай с молоком</b>			150	1,14	1	11,92	60,75
Технологическая карта №378 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сахар	11,25	11,25					
молоко	38,25	38,25					
чай	1,5	1,5					
<b>вода</b>	112,5	112,5					
<b>всего за завтрак</b>				<b>6,87</b>	<b>9,28</b>	<b>25,28</b>	<b>281,25</b>
<b>второй завтрак</b>							
<b>банан</b>			70	1,05	0,35	14,7	67,2
<b>всего за второй завтрак</b>				<b>1,05</b>	<b>0,35</b>	<b>14,7</b>	<b>67,2</b>
<b>день № 7 - обед</b>							
<b>салат витаминный</b>			30	0,47	1,8	2,63	28,71
Технологическая карта №49 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
капуста белокачанная	9,39	7,5					
морковь	5,64	4,5					
лук зеленый	3,75	3					
перец сладкий	7,5	4,5					
горошек консервированный	9,24	6					
сахар	1,5	1,5					
кислота лимонная	0,045	0,045					
масло растительное	1,8	1,8					
<b>Суп картофельный с клецками</b>			150	2,13	2,74	11,27	86,55
Технологическая карта №108 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
картофель	39,75	30					
морковь	7,5	6					
лук репчатый	7,2	6					
соль	0,75	0,75					

масло растительное	1,5	1,5					
бульон или вода	112,5	112,5					
Клецки:							
мука пшеничная	37,35	37,35					
масло сливочное	4,2	4,2					
яйца	1,57 шт	52,8					
вода или молоко	57,96	57,96					
соль	1,08	1,08					
<b>плов из птицы</b>			110	9,31	6,4	19,64	167,92
Технологическая карта №291 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
курица	77,72	52,8					
масло растительное	5,12	5,12					
лук репчатый	5,85	5,12					
морковь	7,32	5,85					
томат-пюре	3,65	3,65					
крупа рисовая	25,65	15,65					
<b>какао с молоком</b>			150	3,04	2,64	13,17	88,93
Технологическая карта №382 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
какао	3	3					
сахар	15	15					
молоко	75	75					
вода	82,5	82,5					
<b>хлеб ржаной</b>			30	1,35	0,21	14,92	64,2
<b>хлеб пшеничный</b>			20	1,47	0,66	10,28	52,4
<b>всего за обед</b>				<b>17,77</b>	<b>14,45</b>	<b>71,91</b>	<b>488,71</b>
<b>полдник</b>							
<b>Сырники из творога с молоком сгущенным</b>			60	8,69	2,46	14,69	174
<b>Технологическая карта № 219</b>							
<b>творог</b>	43,71	42,85					
<b>мука пшеничная</b>	6	6					
<b>яйца</b>	1/17шт	1,71					
<b>масло растительное</b>	2,57	2,57					
<b>соль</b>	0,85	0,85					
<b>молоко сгущенное</b>	17,14	17,14					
<b>Чай с лимоном</b>			150	0,09	0,015	11,4	46,5
<b>Технологическая карта №377</b>							
<b>чай</b>	1,5	1,5					

<b>вода</b>	157,5	157,5					
<b>сахар</b>	11,25	11,25					
<b>лимон</b>	6	5,25					
<b>всего за полдник</b>				<b>8,78</b>	<b>2,47</b>	<b>26,09</b>	<b>220,5</b>
<b>всего за день</b>				34,47	26,55	137,98	1057,66

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
<b>день №8-завтрак</b>							
<b>Суп молочный с крупой</b>			130	1,92	2,31	3,37	78
Технологическая карта №121 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.							
молоко	65	65					
вода	71,5	71,5					
пшено	10,4	10,4					
масло сливочное	1,04	1,04					
сахар	1,3	1,3					
соль	0,65	0,65					
<b>бутерброды горячие с сыром</b>			25	2,79	4,16	7,42	78,5
Технологическая карта №7 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.							
сыр российский	8	7,5					
масло сливочное	3	3					
хлеб пшеничный	15	15					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4
<b>какао с молоком сгущенным ( молоко цельное сгущенное с сахаром)</b>			150	2,73	1,11	18,48	103,8
Технологическая карта №383 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.							
какао порошок	3	3					

молоко цельное сгущенное	28,99	28,99					
сахар	2,25	2,25					
вода	123	123					
<b>всего за завтрак</b>				<b>8,15</b>	<b>7,7</b>	<b>33,37</b>	<b>281,7</b>
<b>второй завтрак</b>							
<b>сок вишневый</b>			140	0,98	0,28	12,54	70,28
<b>всего за второй завтрак</b>				<b>0,98</b>	<b>0,28</b>	<b>12,54</b>	<b>70,28</b>
<b>день № 8-обед</b>							
<b>салат из моркови с яблоками и курагой</b>			30	0,54	1,47	0,35	31,5
Технологическая карта №61 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
морковь	46,7	37					
яблоки свежие	7,15	5					
курага	2,8	2					
сахар	1	1					
масло растительное	2,5	2,5					
<b>суп картофельный с мясными фрикадельками</b>			150	1,31	1,66	9,23	63,6
Технологическая карта №104сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
картофель	32,1	24					
морковь	3	2,4					
лук репчатый	2,88	2,4					
томат	0,6	0,6					
масло растительное	0,6	0,6					
бульон или вода	90	90					
Фрикадельки(полуфабрикат)	24	18					
<b>картофельное пюре</b>			110	1,24	3,52	15	112
Технологическая карта №312 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
картофель	125,51	94,13					
молоко кипяченое	17,39	17,39					
соль	0,73	0,73					
масло сливочное	3,85	3,85					
<b>капуста тушеная свежая</b>			100	2,06	3,23	9,42	75,1

Технологическая карта №321 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
капуста	143,3	114,6					
масло сливочное	3,5	3,5					
морковь	2,5	2					
лук репчатый	4,8	4					
томат	6	6					
раствор лимонной кислоты3%	3	3					
мука	1,2	1,2					
перец черный горошком	3	3					
лавровый лист	0,02	0,02					
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>			150	0,59	0,06	24	99,6
Технологическая карта №349 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сахар	11,25	11,25					
сухофрукты	18	18					
лимонная кислота	0,15	0,15					
<b>хлеб ржаной</b>			30	1,35	0,21	14,92	62,4
<b>хлеб пшеничный</b>			20	1,47	0,66	10,28	52,4
<b>всего за обед</b>				<b>8,56</b>	<b>10,81</b>	<b>83,2</b>	<b>496,6</b>
<b>полдник</b>							
<b>вафли с фруктовой начинкой</b>			50	1,6	1,33	40,05	145
<b>Кофейный напиток с молоком</b>			150	2,28	2,08	11,94	65,45
<b>Технологическая карта №379</b>							
<b>Кофейный напиток</b>	3,75	3,75					
<b>сахар</b>	15	15					
<b>молоко</b>	75	75					
<b>вода</b>	90	90					
<b>всего за полдник</b>				<b>3,88</b>	<b>3,41</b>	<b>52</b>	<b>210,45</b>
<b>всего за день</b>				<b>21,57</b>	<b>22,2</b>	<b>181,11</b>	<b>1059,03</b>

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
<b>день№ 9-завтрак</b>							
<b>хлопья кукурузные с молоком</b>			130	4,62	4,23	13,75	112,64

Технологическая карта №172 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
хлопья кукурузные	30,87	30,87					
молоко	99,12	99,12					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4
<b>бутерброд с повидлом</b>			35	1,44	2,32	16,69	93,6
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					
<b>чай с лимоном</b>			180	0,11	0,018	13,68	55,8
Технологическая карта №377 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
чай	1,8	1,8					
вода	189	189					
сахар	13,5	13,5					
<b>лимон</b>	7,2	6,3					
<b>всего за завтрак</b>				<b>6,82</b>	<b>6,85</b>	<b>48,22</b>	<b>283,44</b>
<b>Второй завтрак</b>							
<b>апельсин</b>			120	<b>10,8</b>	<b>0,3</b>	<b>12,96</b>	<b>70,68</b>
<b>всего за второй завтрак</b>				<b>10,8</b>	<b>0,3</b>	<b>12,96</b>	<b>70,68</b>
<b>день №9 - обед</b>							
<b>Винегрет овощной</b>			30	0,42	3,01	2,18	37,54
Технологическая карта №67 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
картофель	8,67	6,3					
свекла	5,73	4,5					
морковь	3,87	3					
огурцы соленые	5,64	4,5					
капуста квашеная	6,42	4,5					
лук репчатый	8,46	4,5					
масло растительное	3	3					
соль	0,5	0,5					

<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>			150	1,05	2,97	4,74	53,85
Технологическая карта №88 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна							
капуста белокачанная	52,5	42					
картофель	61,5	48					
морковь	7,5	6					
петрушка	1,95	1,5					
лук репчатый	7,2	6					
мука пшеничная	1,5	1,5					
томатное пюре	0,9	0,9					
масло растительное	1,5	1,5					
бульон или вода	3	3					
соль	0,75	0,75					
<b>Минтай, тушеный в томате с овощами</b>			50	4,87	2,47	1,9	52,5
Технологическая карта №229 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна							
минтай свежемороженый	61,5	31					
масло растительное	2,5	2,5					
соль	0,5	0,5					
лук репчатый	5	4					
морковь	11,5	9					
томатная паста	5	5					
петрушка	2	1,5					
лавровый лист	0,075	0,075					
лимонная кислота	0,05	0,05					
<b>рис отварной</b>			110	2,66	3,24	26,92	153,93
Технологическая карта №304 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна							
масло сливочное	3,85	3,85					
рис	39,26	39,26					
соль	0,073	0,73					
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,65	0,12	4,1	21,4
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,375	0,33	5,14	26,2
<b>кисель из кураги</b>			180	0,8	0,05	29,47	139,14



Технологическая карта №355 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна 2017.г.							
сахар	18	18					
курага	18	18					
крахмал	8,1	8,1					
лимонная кислота	0,18	0,18					
вода	198	198					
<b>всего за обед</b>				<b>10,82</b>	<b>12,19</b>	<b>74,45</b>	<b>484,56</b>
<b>полдник</b>							
<b>Оладьи с повидлом</b>			42,5	2,9	2,87	17,82	132,2
<b>Технологическая карта № 401</b>							
<b>мука пшеничная</b>	20,55	20,55					
<b>яйцо</b>	0/1	1,02					
<b>молоко или вода</b>	20,55	20,55					
<b>дрожжи прессованные</b>	0,6	0,6					
<b>сахар</b>	0,7	0,7					
<b>соль</b>	0,35	0,35					
<b>повидло</b>	7,5	7,5					
<b>масло растительное</b>	0,35	0,35					
<b>какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с сахаром)</b>			150	2,73	1,11	18,48	103,8
<b>технологическая картв №383</b>							
<b>какао</b>	3	3					
<b>молоко цельное сгущенное</b>	28,99	28,99					
<b>сахар</b>	2,25	2,25					
<b>вода</b>	123	123					
<b>всего за подник</b>				<b>5,63</b>	<b>3,98</b>	<b>36,3</b>	<b>235</b>
<b>всего за день</b>				<b>34,07</b>	<b>23,32</b>	<b>172,93</b>	<b>1073,68</b>

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
<b>день № 10-завтрак</b>							
<b>вареники ленивые</b>			110	17,33	8,47	16,98	199,05

Технологическая карта №217 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
творог	92,07	90,2					
мука	12,65	12,65					
сахар	6,87	6,87					
яйца	0,187	6,6					
соль	0,88	0,88					
<b>чай с сахаром</b>			150	0,04	0,015	11,25	45
Технологическая карта №376 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
сахар	11,25	11,25					
чай	3	3					
вода	157,5	157,5					
<b>хлеб пшеничный</b>			10	0,735	0,33	5,14	26,2
<b>хлеб ржаной</b>			10	0,66	0,2	3,96	19,8
<b>всего за завтрак</b>				<b>18,76</b>	<b>9,01</b>	<b>37,33</b>	<b>290,05</b>
<b>день 10 - обед</b>							
<b>Второй завтрак</b>							
<b>сок абрикосовый</b>			130	0,65	0	16,51	68,64
<b>салат из моркови с изюмом</b>			30	0,51	0,423	5,01	25,92
Технологическая карта №66 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
<b>морковь</b>	30	22,5					
<b>изюм</b>	3,3	3,3					
<b>сахар</b>	3	3					
лимон( лпя сока)	3,57	1,5					
<b>суп картофельный</b>			150	1,4	1,68	10,1	68,4
Технологическая карта №97 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
картофель	90	67,5					
морковь	7,5	6					
лук репчатый	7,2	6					
масло растительное	1,5	1,5					

бульон или вода	105	105					
<b>Жаркое по- домашнему из говядины</b>			110	10,17	11,36	10,41	185,42
Технологическая карта №259 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
говядина высшего сорта	67,25	49,65					
масло растительное	3,76	3,76					
соль	0,73	0,73					
картофель	83,6	62,85					
лук репчатый	7,53	6,28					
томатное пюре	3,76	3,76					
<b>хлеб ржаной</b>			20	1,47	0,4	7,92	39,6
<b>хлеб пшеничный</b>			40	3,04	0,96	21,35	101,6
<b>кофейный напиток с молоком</b>			150	2,28	2,08	11,94	65,45
Технологическая карта №379 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутельяна							
кофейный напиток	3,75	3,75					
сахар	15	15					
молоко	75	75					
вода	90	90					
<b>всего за обед</b>				<b>18,87</b>	<b>16,9</b>	<b>66,73</b>	<b>486,39</b>
<b>полдник</b>							
<b>кефир</b>			150	<b>3,75</b>	<b>3,75</b>	<b>6</b>	<b>79,16</b>
<b>Коржики молочные</b>			25	<b>1,62</b>	<b>2,8</b>	<b>15,89</b>	<b>118,66</b>
<b>всего за полдник</b>				<b>5,37</b>	<b>6,66</b>	<b>21,89</b>	<b>197,82</b>