



Утверждаю

Директор МБОУ лицей № 104

Андрienко Н.А. « 17 » 04 2023 г.

День _____ . Неделя: первая Сезон: зимне-весенний обед. Возрастная категория: 7-11 лет

№ по рецептур	Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда г	Масса брутто г	Масса нетто г	Химический состав блюд				Вита С	Цена, руб.
					Белки г	Жиры г	Углев. г	Энерг. ценн Ккал.		
Завтрак										
84662005	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5			3,54	5,1	14,53	168,25	6,29	11,92
	сметана									
	с 01.07 по 31.12		50	40						
	с 01.01 по 30.06		53,3	40						
	картофель									
	с 01.07 по 31.10		33,3	25						
	с 01.11 по 21.12		35,7	25						
	с 01.01 по 28-29.02		38,5	25						
	с 01.03 по 30.06		41,7	25						
	фасоль		10	10						
	морковь									
	с 01.07 по 31.12		12,3	10						
	с 01.01 по 30.06		13,3	10						
	петрушка (корень)		3,25	3						
	лук репчатый		12	10						
	посолит-пюре		7,5	7,5						
	масло растительное		5	5						
	масло		1	0,75						
	сахар		1,5	1,5						
	уксусная лимонная		0,125	0,125						
	вода		200	200						
	соль		2,5	2,5						
	сметана		5	5						
237662005	Зразы рыбные с яйцом	100			17,2	13,4	9,8	196	0	26,21
	Рыба мороженая обешляк		75	55						
	хлеб пшеничный		15	15						
	молоко или вода		21,6	21,6						
	Масса рыбная котлетная			33,4						
	Фарш									
	лук репчатый		21,6	18,3						
	масло растительное		3,3	3,3						
	крупа рисовая		3,3	3,3						
	яйца		1,9 шт	3,3						
	Масса фарша			26,6						
	сладкий паприковский		5	5						
	масло растительное		3,3	3,3						
	соль		2	2						
310662005	Картофель отварной с маслом	180,5			4,5	5	26,9	220,2	26,38	17,46
	картофель									
	с 01.07 по 31.10		240	180						
	с 01.11 по 21.12		257	180						
	с 01.01 по 28-29.02		277	180						
	с 01.03 по 30.06		300	180						
	Масса вареного картофеля			174,3						
	масло сливочное		5	5						
	соль		1,7	1,7						
70662005	Овощи натуральные соленные	60			0,48	0,12	1,92	60,8	3,16	7,92
	Огурец соленный		66	60						
	Хлеб пшеничный		30	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0	1,76
	Хлеб ржано-пшеничный		30	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	1,87
487662021	Чай с сахаром	200,10			0,2	0,1	9,3	35	0	1,31
	чай в с		1	1						
	вода		216	200						
	сахар		10	10						
	Итого обед:				30,27	24,38	88,96	805,98	35,83	68,45