



Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «28» ноября 2023 г.

День 7. Неделя: вторая Сезон: осенний завтрак. Возрастная категория: 7-11 лет

№ по сб. 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.		
7 день										
231сб2012	Сырники из творога со сгущенным молоком	150	10							
	творог			153	150					
	мука пшеничная			18	18					
	яйца			16,7шт	6					
	сахар			15	15					
	соль			1	1					
	масло растительное			6	6					
	молоко сгущенное			10	10					
	Хлеб ржано-пшеничный	40		40	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0
	Биоюгurt в инд. упаковке	125		125	125	3,9	4,4	23	145	12,5
462сб2021	Какао с молоком	200				3,3	2,9	13,8	94	0,7
	какао			2,4	2,4					
	сахар			10	10					
	молоко			100	100					
	вода			105	105					
	Итого завтрак:					32,79	26,77	84,96	656,6	13,59
										103,17

Заведующая производством _____ *е*



Утверждаю
 Директор МБОУ лицея № 104
 Андриенко Н.А. «29» ноября 2023 г.

День 8. Неделя: вторая Сезон: осенний завтрак . Возрастная категория: 7-11 лет

№ по сб. рецептов	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.		

8 день										
268сб2005	Котлеты из говядины	100			15,55	11,55	15,7	238,75	0,15	53,18
	говядина без кости		77	74						
	хлеб пшеничный		18	18						
	вода		24	24						
	сухари		10	10						
	масса п ф			124						
	масло растительное		6	6						
	соль		1	1						
203сб2005	Макаронь отварные с маслом	180 г			9,7	6,07	32	225,5	0	8,01
	макаронные изделия		63	63						
	масло сливочное		5	5						
	соль		3	3						
	Хлеб пшеничный	40	40	40	3,16	0,4	19,32	94	0	1,88
459сб2021	Чай с сахаром и лимоном	200/10			0,3	0,1	9,5	40	1	2,61
	чай		1	1						
	вода		216	200						
	сахар		10	10						
	лимон		8	7						
	Итого завтрак:				24,71	18,12	76,52	598,25	1,15	65,68

Заведующая производством _____ *OP*



Утверждаю

Директор МБОУ лицея № 104

Андрienko Н.А. «30» ноября 2023 г.

День 9. Неделя: вторая Сезон: осенний завтрак. Возрастная категория: 7-11 лет

№ по сб. 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.		

9 день										
240сб2012	Пудинг из творога с яблоками с молоком сгущенным	150/15			20,42	16,01	29,44	313,5	1,99	57,22
	творог		103,5	102						
	яблоки свежие		57	36						
	сахар		12	12						
	яйцо		1 шт	15						
	масло сливочное		6	6						
	ванилин		0,02	0,02						
	сухари панировочные		6	6						
	сметана		6	6						
	соль		1,2	1,2						
	масса готового пудинга			150						
	молоко сгущенное		15	15						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0	1,99
338сб2005	Бананы свежие	170	170	170	2,47	0	40,12	170	15,3	26,29
465сб2021	Кофейный напиток с молоком	200			2,8	2,5	13,6	88	0,7	9,53
	кофейный напиток		2,4	2,4						
	сахар		10	10						
	молоко		100	100						
	вода		110	110						
	Итого завтрак:				28,33	18,99	96,52	641,1	17,99	95,03

Заведующая производством _____