

Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
Дата \_\_\_\_\_ г.



| Осенне-зимний сезон |                                            |            |        |                  |       |          |        |                                 |        |       |      |        |        |        |      |
|---------------------|--------------------------------------------|------------|--------|------------------|-------|----------|--------|---------------------------------|--------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| № по СР             | Наименование блюда                         | Выход (гр) | Цена   | Пищевая ценность |       |          |        | Витаминный и минеральный состав |        |       |      |        |        |        |      |
|                     |                                            |            |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Вит. А | Вит. С                          | Вит. Е | Сахар | Р    | Мг     | Fe     |        |      |
| Завтрак             | 2 Бутерброд с колбасой                     | 50         | 12,8   | 156,7            | 2,38  | 4,39     | 27,11  | 0,05                            | 0,1    | 0,02  | 0,44 | 10,8   | 29,4   | 11,1   | 0,87 |
|                     | 219 Сырники из творога с яблоком и сахаром | 100(20)    | 43,05  | 265,5            | 21,68 | 17,94    | 14,28  | 0,084                           | 0,66   | 71,8  | 0,57 | 281,4  | 313,76 | 36,58  | 0,76 |
|                     | 176 Чай с сахаром                          | 200(15)    | 2      | 56,85            | 0,1   | 0,03     | 16,99  | 0                               | 0      | 0     | 0    | 0      | 0      | 0      | 0    |
|                     | Итого завтрак                              | 375        | 57,85  | 479,05           | 21,78 | 17,97    | 49,27  | 0,084                           | 0,66   | 73,8  | 0,57 | 281,4  | 313,76 | 36,68  | 0,76 |
| Затрачено           | Яблоки свежие                              | 100        | 11,3   | 89               | 1,5   | 0,1      | 21     | 0,04                            | 10     | 0,02  | 0    | 8      | 28     | 42     | 0,6  |
| Обед                | 43 Салат из белокочанной капусты           | 60         | 3      | 51,64            | 0,89  | 3,09     | 6,39   | 0,02                            | 21,6   | 0,12  | 1,39 | 24,34  | 17,98  | 9,85   | 0,33 |
|                     | 87 Борщ с капустой, картофелем со сметаной | 205(200/5) | 33,86  | 90,04            | 1,57  | 4,87     | 10,71  | 0,04                            | 9,68   | 0,22  | 1,90 | 35,92  | 43,29  | 22,02  | 0,94 |
|                     | 293 Говядина тушеная                       | 209        | 45,2   | 305,34           | 16,94 | 10,46    | 35,74  | 0,1                             | 6,03   | 0,1   | 4,4  | 46,34  | 175,34 | 54,04  | 1,98 |
|                     | 348 Компот из яблок                        | 200        | 10     | 124,18           | 1,08  | 0        | 31,33  | 0,02                            | 0,81   | 0,17  | 1,14 | 33,08  | 30,19  | 21,71  | 0,66 |
|                     | Хлеб Дарницкий                             | 30         | 2,28   | 73,5             | 2,04  | 0,39     | 12,21  | 0,02                            | 0      | 0     | 0    | 3,15   | 34,22  | 4,23   | 0,35 |
|                     | Хлеб пшеничный                             | 30         | 2,28   | 71,4             | 2,28  | 0,34     | 14,58  | 0,03                            | 0      | 0     | 0    | 6      | 19,5   | 4,2    | 0,35 |
|                     | Итого                                      | 725        | 76,62  | 716,1            | 24,8  | 19,01    | 109,96 | 0,13                            | 38,34  | 0,56  | 8,89 | 148,83 | 300,52 | 116,05 | 4,59 |
|                     | Полдник                                    | Пирожки    | 50     | 10               | 181   | 2,65     | 2,75   | 35,95                           | 0      | 0     | 0    | 0      | 0      | 0      | 0    |
| 176 Чай с сахаром   | 200(15)                                    | 2          | 56,85  | 0,1              | 0,03  | 14,99    | 0      | 0                               | 0      | 0     | 0    | 0      | 0      |        |      |
| Итого полдник       | 250                                        | 12         | 237,85 | 2,75             | 2,78  | 50,94    | 0      | 0                               | 0      | 0     | 0    | 0      | 0      |        |      |