

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Каша пшеничная молочная	1	Пшено	25	25	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 182		Молоко цельное 3.2%	140	140	0	0	0	0
		Масло сливочное несол	3	3	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Соль йодированная	1	1	0	0	0	0
		выход:180	Итого:	197	5,6	6,8	33,6	218
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 15		выход:10	Итого:	15	3	3	3	29
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное несол	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Кофейный напиток	1	Кофейный напиток	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 379		Молоко цельное 3.2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	133	3	4	21	127
Батон нарезной 60		Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
		Итого: 1- завтрак		385	17	23	88	592

2 - обед								
Рагу из птицы	1	Куры	108	75	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 289		Масло сливочное несол	5	5	0	0	0	0
		Картофель	160	120	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Зеленый горошек	16	14	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Мука пшеничн. в/с	5	5	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Соль йодированная	2	2	0	0	0	0
		Выход:180	Итого:	217,0	12,5	11,7	15,2	217
Суп гороховый с мясом	1	Горох	14	14,00	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 102		Лук репчатый	16	14,00	0	0	0	0
		Картофель	100	70,00	0	0	0	0
		Морковь	16	14,00	0	0	0	0
		Масло сливочное несол	3	3,00	0	0	0	0
		Мясо	24	15,00	0	0	0	0
		Масло растительное	2	2,00	0	0	0	0
		Соль йодированная	1	1,00	0	0	0	0
		Вода	240	240,00	0	0	0	0
		выход 250/15	Итого:	373,0	5,8	6,39	23	173
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра; ; Карта № 389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра; ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра; ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Помидор свежий	1	помидор свежий	102	100,0	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 71		Выход: 100	Итого:	100,0	1	0	2	11
Выход:		Итого, 2 - обед :		990	27,3	19,09	104	697

3 - 1 полдник								
Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 386		Выход: 180		180	0	0	0	0
		Итого:		180	6	6	8	106
Печенье	1	Печенье	35	35	0	0	0	0
		Выход: 35	Итого:	35,00	1	1	28	120
ФРУКТ	1	Яблоки	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра; ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	90
Выход:		Итого, 3 - Полдник :		415,00	8	8	56	316

4 - ужин

Мясные биточки	1	Мясо	90	63	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 280		Масло растит.	3	3	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Яйцо куриное	1/6	0	0	0	0	0
		Молоко цельное 3.2%	20,0	20,0	0	0	0	0
		Мука пшеничн. в/с	5	5	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	9	9	0	0	0	0
		Масло сливочное несол.	3	3	0	0	0	0
		Выход: 60/50	Итого:					

Макароны отварные	1	макароны	65	65	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 309		Масло сливочное несол.	5	5	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:					

Компот из смеси сухофруктов	1	Сухофрукты сборные	15	15	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 349		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:					

Салат из свежей капусты с кукурузой	1	Капуста свежая	100	90,00	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №45		Кукуруза конср	20	20,00	0	0	0	0
		Морковь	18	16,00	0	0	0	0
		Сахар	2	2,00	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5,00	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:					

хлеб пшеничный	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 65	Итого:					

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:					

Сырники из творога со сгуц.		1	Выход: 60		Итого:		60	4	1	21	118
			Сгуц. Молоко	20	20,00	0	0	0	0	0	0
			Творог п/ж	80	80,00	0	0	0	0	0	0
			Яйцо куриное	1,6	1,6	0	0	0	0	0	0
			Песок сахарный	3	3,00	0	0	0	0	0	0
			Масло сливочное несол.	3	3,00	0	0	0	0	0	0
			Масло растит.	2	2,00	0	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №219			Выход: 80/20		Итого:		110,00	21	18	26	228

Итого 4 - ужин: 582,00 61 40 175 1232

5 - Второй ужин

5 - Второй ужин									
Чай с лимоном	1	Чай	1	1	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №377		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0	0
		Лимон	8	7	0	0	0	0	0
		Вода	200	200	0	0	0	0	0
		Выход: 200/12/7	Итого:						
		Итого 5 - ужин	219	0	0	15	62		
Выход:		Итого:	220	2591,00	113	90	438	2899	

диет-сестра _____
шеф-повар _____
бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Омлет натуральный запеченый	1	Яйцо куриное	80	80	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №210		Молоко цельное 3,2%	30	30	0	0	0	0
		Масло сливоч.несол.	3	3	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Выход: 110	Итого:	115	11	16	3	201
Джем	1	Джем	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №		Выход:20	Итого:	20	0,15	2	21	87
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливоч.несол.	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра.; Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Какао с молоком	1	Какао порошок	1	1	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №382		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	131	3	4	21	127
Батон нарезной 60 гр	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
		Итого 1-завтрак:		336	19	31	75	633
2 - обед								
Рис отварной	1	Рис	65	65	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 171		Масло сливочное	5	5	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	70	5	5	49	232
Рыба под маринадом	1	Рыба свежая	147	100	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №229		Морковь	24	20	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5,0	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Мука пшеничная	3	3	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Выход: 100/50	Итого:	217	9,75	4,95	3,8	105
Борщ с курицей	1	Курица	52	33	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №82		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Картофель	80	70	0	0	0	0
		Морковь	16	14	0	0	0	0
		Масло сливочное несо	3	3	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Капуста свежая	28	20	0	0	0	0
		Свекла	50	30	0	0	0	0
		Выход: 250	Итого:	166,0	6,25	4,5	14	120
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	136
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Салат радость	1	Курага	20	20,0	0	0	0	0
		Морковь	100	80,0	0	0	0	0
		Сгуш. Молоко	20	20,0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 64		Итого:	100,0	22,7	1	37	792	
		Итого 2 - обед:		853,0	52	15	168	1597

3 - Полдник

[#P]

Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	6	6	8	106
Пицца	1	Мука пшеничная	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №413		Яйцо куриное	1,6	6	0	0	0	0
		Сыр	15	15	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Дрожжи	0,02	0,02	0	0	0	0
		Масло раст.	4	4	0	0	0	0
		Помидор	30	20	0	0	0	0
		Молоко цельное	20	20	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	84	9,89	16,3	28	299
ФРУКТ	1	Яблоки	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	18	82
Итого, 3 - Полдник :				464	17	22	54	443

4 - ужин

Жаркое	1	Картофель	229	180	0	0	0	0
		Масло растит.	4	4	0	0	0	0
		Мясо	107	79	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Лук репчат.	16	14	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 259		Выход: 200	Итого:	91	21	22	18	350
Мраморная запеканка со сгущ. молоком	1	Творог	100	100	0	0	0	0
		Какао	2	2	0	0	0	0
		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0
		Масло сливочное несо	3	3	0	0	0	0
		Манка	3	3	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		Сгущ. молоко	20	20	0	0	0	0
		Ванилин	0,001	0,001	0	0	0	0
		Сахар	3	3	0	0	0	0
		Выход: 100/20	Итого:	73	7	5	49	273
Компот из кураги	1	Курага	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 349		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	32	0	0	18	68
Огурец свежий	1	Огурец свежий	85	80	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 71		Выход: 80	Итого:	80	1	0	2	11
Хлеб пшеничный 60гр	1	Хлеб пшеничный	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	5	1	32	136
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (40	1	Хлеб ржаной	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	4	1	21	118
Итого 4 - ужин:				376	38	29	140	956

5 - Второй ужин

Чай с лимоном	1	Заварка	2	2	0	0	0	0
		Сахар	11	11	0	0	0	0
		Лимон	8	7	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №377		Выход: 200	Итого:	21	0,13	0,02	15	62
Итого 5 - Второй ужин :				21	0,13	0,02	15	62
Итого:				2050	126	97	453	3691

диет-сестра _____

шеф-повар _____

бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное несол.	10	10	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 15		Выход: 15	Итого:	10	3	3	0	29
Кофейный напиток для детей	1	Напиток кофейный	2	2	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 379		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	134	3	3	20	115
Каша геркулесовая	1	Крупа "Геркулес"	25	25	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 173		Молоко цельное 3,2%	140	140	0	0	0	0
		Масло сливочное несол.	3	3	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	171	5,6	10,4	26,4	230
Батон нарезной 60 гр	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
		Итого 1-завтрак:		375	17	25,4	76	592

2 - обед

Гречка отварная	1	Гречка	65	65	0	0	0	0
		Масло сливочное несол.	5,0	5,0	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 302		Выход: 180	Итого:	70	11,4	8	51	325
Печень по-царски	1	Печень говяжья	100	80	0	0	0	0
		Яйцо куриное	1,6	6	0	0	0	0
		Масло растит.	8	8,0	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		Масло сливочное несол.	2	2	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Мука	3	3	0	0	0	0
		Манка	10	10	0	0	0	0
Спр. лит.-ра. Карта № 261		Выход: 100/50	Итого:	154	12,81	9	4,45	165
Суп овощной с мясом	1	Картофель	70	56	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Масло сливочное несол.	3	3	0	0	0	0
		Капуста свежая	28	20	0	0	0	0
		Мясо	33	24	0	0	0	0
		Горошек конс.	16	14	0	0	0	0
		Масло растит.	3	3	0	0	0	0
Спр. лит.-ра. Карта № 99		Выход: 350/15	Итого:	150	6,35	7	13,9	133
Сок фруктовый	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 389		Выход: 200	Итого:	200	0	0	22	180
Салат из помидор и яблок	1	Помидоры свежие	58	50	0	0	0	0
		Яблоко свежее	56	40	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 25		Выход: 95	Итого:	95	8,05	6,56	57,8	73
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (30ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		Итого 2 - обед:		769	46	32	190	1078

3 - Полдник

Ряженка	1	Ряженка	180	180	0	0	0	0
Спр. лит.-ра.; Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	6	6	8	106
Бублик	1	Бублик	80	80	0	0	0	0

Спр.лит-ра; Карта №424		Выход: 100	Итого:	80,00	0	0	0	114
ФРУКТ	1	Апельсин	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	90
		Итого, 3 - Полдник :		460,00	11	6	58	310

4 - ужин

Куриные биточки	1	Курица	106	0,36	0	0	0	0
		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0
		Масло сливочное несол.	3	3	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	9	9	0	0	0	0
		Лук репчатый	14	12	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №330/294		Выход: 50	Итого:	28	8,34	9,85	10	162
Картофельное пюре 100 гр	1	Молоко цельное 3,2%	35	35	2	2	3	41
		Масло сливочное несол.	3	3	0	4	0	37
		Картофель	190	150	3	1	25	127
Спр.лит-ра; Карта №312		Выход: 100	Итого:	188	5	7	28	205
Капуста тушен.	1	Капуста свежая	160	112	0	0	0	0
		Лук репч.	12	10	0	0	0	0
		Морковь	16	14	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Масло слив.	3	3	0	0	0	0
		Масло раст.	4	4	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №321		Выход: 100	Итого:	100	2	9	9	122
Чай		Заварка	1	1	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №349		Песок сахарный	11	11	0	0	15	57
		Выход: 200	Итого:	12	0	0	15	57
Свекольные котлеты		Свекла	200	170	0	0	0	0
		Масло слив.	3	3	0	0	0	0
		Манка	5	5	0	0	0	0
		Яйцо	1,4	1	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		Мука	5	5	0	0	0	0
		Раст. Масло	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №153		Выход: 100/50	Итого:	196	4,08	9,24	24	195
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40ГР)	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	2	0	13	72
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		Итого 4 - ужин:		428	21	27	96	736

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра.: Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	65
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 15		Выход: 15	Итого:	10	3	3	0	35
Какао на молоке	1	Какао порошок	1	1	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 382		Молоко цельное 3,2%	120	200	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	212	3	4	21	127
Каша манная	1	Молоко	140	140	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 181		Крупа манная	25	25	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	171	6	8	31	208
Батон нарезной 60 гр	1	Батон	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
		Итого 1-завтрак:		463	17	24	82	578
2 - обед								
Гороховое пюре	1	Крупа горох	60	60	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
Спр.лит-ра.: Карта № 197		Выход: 180	Итого:	63	6,5	6,5	12	142
Бифштекс мясной	1	Мясо говядина	90	63	0	0	0	0
		Яйцо куриное	1,6	2	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2,0	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Мука пшеничная	3	3	0	0	0	0
		Хлеб	9	9	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	12	12	0	0	0	0
Спр.лит-ра.: Карта № 268		Выход: 50/50	Итого:	124	13,8	28,63	6,58	341
Рассольник Ленинградский с кур.	1	Перловка	5	5	0	0	0	0
		Лук репчатый	14	12	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Огурцы сол.	23	20	0	0	0	0
		Картофель	80	70	0	0	0	0
		Сметана 20%	10	10	0	0	0	0
		Морковь	16	14	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Куры 1 кат. потраш.	33	24	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 96		Выход: 250/15	Итого:	160,0	0	5	0	135
Сок фруктовый	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра.: Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра.: Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ 80 ГР	1	Огурцы св.	85	80,0	0	0	0	0
		Выход: 80	Итого:	80,0	1	0	2	11
		итого2обед :		727	29	41	85	925
3 - Полдник								
Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Печенье	1	Печенье	35	35	0	0	0	0

ФРУКТ	1	Выход: 35	Итого:	35,00	2	0	3	83
		Груша	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	202
			Итого, 3 - Полдник :	415,00	8	6	30	380

4 - ужин

Рыба по-русски	1	Масло растит.	5	5	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №381		Картофель	160	120	0	0	0	0
		Слив. Масло	3	3	0	0	0	0
		Рыба	90	61	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	13	0	0	0	0
		Раст. Масло	4	4	0	0	0	0
		Сыр российский	4	4	0	0	0	8
		Выход: 180	Итого:	210,0	10,4	10,8	5,9	164
Творожный пудинг со сгущ.	1	Творог	100	100	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №222		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Манка	3	3	0	0	0	0
		Сгущ. Молоко	20	20	0	0	0	0
		Сахар	3	3	0	0	0	0
		Ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0
		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0
		Выход: 100/20	Итого:	133	13,4	10,9	20,7	237
Компот из сухофруктов и шиповника	1	Сухофрукты	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №349		Шиповник	10	10	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	33	1,16	0,3	47	196
Помидор свежий	1	Помидор	102	100,00	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 102		Выход: 100	Итого:	100	5,8	6,3	23	173
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		Итого 4 - ужин:		636,00	38	29	138	972

5 - Второй ужин

Чай сладкий	1	Заварка	1	1	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №388		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	12	0,3	0	15	60
Выход:	200	Итого, 5 - Второй ужин :		12	0,3	0	15	60
Выход:		Итого:		2441	93	100	349	2915

диет-сестра _____

шеф-повар _____

бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал	
1 - завтрак									
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0,00	0	0,00	0	
Спр.лит-ра: Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0,01	8,3	0,06	77	
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	15	15	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: Карта № 15		Выход: 15	Итого:	15	3,3	3,3	4,5	66	
Кофейный напиток на молоке	1	Напиток кофейный	2	2	0	0,00	0	0	
Спр.лит-ра: Карта №379		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0	
		Песок сахарный	11	11	0	0,00	0	0	
		Выход: 200	Итого:	173	2,5	3,6	29	152	
Каша пшеничная	1	Пшеничка	30	30	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: Карта №182		Сахар	3	3	0	0	0	0	
		Масло слив.	3	3					
		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0	
		Выход: 200	Итого:	196	8,2	12,4	50	358	
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0	
		Выход: 60	Итого:	60	2	7	14	136	
Выход:			Итого 1-завтрак:		454	16	35	98	789
2 - обед									
салат из сырых овощей	1	морковь	20	17	0	0	0	0	
Спр.лит-ра; Карта №29		св.помидор	30	25	0	0	0	0	
		св.капуста	23	19	0	0	0	0	
		Масло растит.	5	5	0	0	0	0	
		огурцы св	35	33	0	0	0	0	
		Выход:100	Итого:	100	1,5	4,1	4,2	61	
Печень по-строгановски	2	Печень	89	79	0	0	0	0	
Тутельяна в.а ; Карта № 255		Мука	5	5	0	0	0	0	
		Лук репчатый	16	14,0	0	0	0	0	
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0	
		Сметана	13	13	0	0	0	0	
		Томат паста	7	7	0	0	0	0	
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0	
		Выход: 50/50	Итого:	123	13,6	13,6	3,9	195	
Макароны отварные		Макароны	65	65	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: Могильный, М, П, Тутельяна в.а ; Карта № 202		Масло слив.	5	5	0	0	0	0	
		Выход: 180	Итого:	70	6,8	12,2	44,6	326	
Суп картофельный рисовый с кур.	1	Курица	52	33	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №115		Картофель	80	70	0	0	0	0	
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0	
		Морковь	18	16	0	0	0	0	
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0	
		Рис	7	7	0	0	0	0	
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0	
		Выход: 350/15	Итого:	221,0	1,8	5,2	16,5	122	
Сок фруктовый	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	94	
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0,00	0	0	
		Выход: 40	Итого:	40	4	0,30	1	84	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0	

Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		Итого 2 - обед:		809,0	28,7	37	111	1000

3 - Полдник

Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Вафли 35гр	1	Вафли	35	35	0	0	0	0
		Выход: 35	Итого:	35,00				0
ФРУКТ	1	Бананы	200	200	0	0	0	90
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200				90
Выход:	261	Итого, 3 - Полдник :		415,00	5	6	7	185

4 - ужин

Мясо-картофельная запеканка в смет. Соусе	1	Картофель	229	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 284		Мясо говядина	90	60	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Масло слив.	5	5	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Сметана	20	20	0	0	0	0
		Мука пшеничн. в/с	5	5	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Выход: 200/20	Итого:	168,0	10	9,8	16,5	198
Котлеты морковные	1	Морковь	133	106	0	0	0	0
		Молоко	23	23	0	0	0	0
		Манка	5	5	0	0	0	0
		Раст. Масло	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 171		Сгуш. Молоко	20	20	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Выход: 100/20	Итого:	73	6,6	16,5	18	252
Чай с лимоном	1	Заварка	1	1	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 337		Лимон	8	7	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	31	0,3	0	15,2	60
Огурец свежий 100гр	1	Огурец св.	102	100,00	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	100,00	1	0	2	11
Хлеб пшеничный 40 гр		Хлеб пшеничный	40	40,00	0	0	0	0
		Выход: 40	Итого:	40,00	3	0	20	54
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	4	1	21	118
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		Итого 4 - ужин:		472,00	25	27	93	693

5 - Второй ужин

Кисель	1	Варенье	24	24	0	0	0	0
		Крахмал	7	7	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №360		Песок сахарный	8	8	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	39	5,6	6,8	10	123
Выход:		Итого, 5 - Второй ужин :		39	5,6	6,8	10	123
Выход:		Итого:		2189	80	112	318	2790

диет-сестра _____

шеф-повар _____

бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра.; Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №15		Выход: 15	Итого:	10	3	3	0	29
Какао	1	Какао порошок	1,2	1,2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №382		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200		133	3	4	21	127
Каша геркулесовая	1	Геркулес	25	25	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №182		Молоко цельное 3,2%	140	140	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Песок сахарный	5	5	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	198	5,6	10,4	26,4	230
Батон нарезной60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
		Выход:	Итого 1-завтрак:	258	14	22	56	477
2 - обед								
Картофельное пюре	1	Картофель	229	190	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	70	70	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 312		Выход: 200	Итого:	265	7	5	49	273
Тефтели рыбные	1	Рыба	71	33	0	0	0	0
		Лук репчатый	12	10	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	10	10	0	0	0	0
		Рис	4	4	0	0	0	0
		Мука пшеничная в/с	4	4	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 239		Выход: 100/50	Итого:	66	12,4	8,6	12,8	184
Щи с мясом	1	Мясо	33	24	0	0	0	0
		Картофель	80	70	0	0	0	0
		Капуста свежая	35	28	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Томат паста	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №87		Выход: 250/15	Итого:	162,0	3	5,5	12	30
Сок 200 гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	27,4	110
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Салат из огурцов и помидор	1	Огурцы	50	40,0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №24		Помидоры	60	50,0	0	0	0	0
		Лук	12	10,0	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5,0	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	105,0	1,4	4,1	3	57
		Итого 2 - обед:		898,0	32	20	146	856
3 - Полдник								
Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Шанешка	1	Мука	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 740		Молоко цельное 3,2%	20	20	0	0	0	0
		Слив. Масло	5	5	0	0	0	0
		Раст. Масло	2	2	0	0	0	0
		Сахар	3	3	0	0	0	0
		Ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0

		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0	
		Выход: 60	[#P]	Итого:	92,00	2,1	3,3	18,2	104
ФРУКТ	1	Мандарины	200	200	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:		200	1	0	20	90
		Итого, 3 - Полдник :		472,00	8	9	45	336	
4 - ужин									
Гречка	1	Гречка	65	65	0	0	0	0	
		Масло растит.	10	10	0	0	0	0	
		Выход: 180	Итого:		75,0	11,6	10,4	56,8	372
Мясные биточки с соусом	1	Мясо	90	60	0	0	0	0	
		Яйца	1,6	1,6	0	0	0	0	
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0	
		Морковь	18	16	0	0	0	0	
		Томат. паста	5	5	0	0	0	0	
		Хлеб	9	9	0	0	0	0	
		Слив. Масло	3	3	0	0	0	0	
		Мука	3	3	0	0	0	0	
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0	
Спр.лит-ра:; Карта №268		Выход: 60/50	Итого:		114	7,9	7,2	8	130
Бланмаже	1	Творог	100	100	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта № 434		Песок сахарный	10	10	0	0	0	0	
		Молоко цельное 3,2%	80	80	0	0	0	0	
		Сгуш. Молоко	20	20	0	0	0	0	
		Желатин	10	10	0	0	0	0	
		Выход: 100	Итого:		212,00	5	7	34	222
Чай с сахаром		Чай	1	1	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: СПРАВОЧНИК 2008 Санкт-Петербург ; Карта №377		Сахар	11	11	0	0	0	0	
		Выход: 200/11/7	Итого:		13	0,2	0	15	58
Салат из овощей с яблоком	1	Свекла	22	17,00	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта № 56		Морковь	16	13,00	0	0	0	0	
		Капуста св.	38	30,00	0	0	0	0	
		Яблоко	47	33,00	0	0	0	0	
		Лимон	8	8,00	0	0	0	0	
		Раст. Масло	5	5,00	0	0	0	0	
		Выход: 100	Итого:		106,00	1,5	4,1	4,2	61
Хлеб пшеничный 40 гр	1	Хлеб пшеничный	40	40,00	0	0	0	0	
		Выход: 40	Итого:		40,00	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:		60	4	1	21	118
		Итого 4 - ужин:		408,00	28	29	132	823	
5 - Второй ужин									
Компот из свежих плодов	1	Яблоки	30	20	0	0	0	0	
		Груша	20	15	0	0	0	0	
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: сборник Тутельяна в.а; Карта № 346		Выход: 200	Итого:		46	0,2	0	35,8	142
		Итого, 5 - Второй ужин :		46	0,2	0	35,8	142	
		Итого:		2082	82	81	415	2634	

диет-сестра _____
 шеф-повар _____
 бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 15		Выход: 15	Итого:	10	0,15	0	21,5	87
Кофейный напиток для детей	1	Напиток кофейный	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 379		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	135	3	3	20	187
Каша "Дружба"	1	Молоко	140	140	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 175		Рис	12	12	0	0	0	0
		Пшено	12	12	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	170	3,3	8,6	23,2	183,4
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
		Выход:	Итого 1-завтрак:	385	12	21	95	675
2 - обед								
Каша гороховая	1	Горох	65	65	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 197		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	70	18,8	9,2	44,6	340
Куриные биточки	1	Курица	206	1	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 294		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2,0	0	0	0	0
		Мука пшеничная в/с	4	4	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Яйцо	2	2	0	0	0	0
		Хлеб	18	18	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Выход: 100/50	Итого:	60	14,9	13,2	7,5	210
Венгерский суп с сырными шариками	1	Курица	33	24	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 99		Рис	5	5	0	0	0	0
		Картофель	80	70	0	0	0	0
		Сыр	10	10	0	0	0	0
		Морковь	16	16	0	0	0	0
		Мука пшеничная в/с	14	14	0	0	0	0
		Лук репчатый	12	10	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Выход: 250/15	Итого:	156,0	12,41	13,33	28,7	289,4
Напиток из варенья		Сахар	11	11,0	0	0	0	0
	1	Варенье	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 387		Выход: 200	Итого:	33	0,1	0	26,2	101
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Салат фруктовый со сгущ.	1	Яблоко	40	20,0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта Ю		Груша	23	20,0	0	0	0	0
		Апельсин	53	33,0	0	5	0	0
		Банан	38	30,0	0	0	0	0

Сгущ. молоко	20	20,0	0	0	0	0
Выход: 100	Итого:	123,0	2,34	1,85	23,8	99,8
Итого 2 - Обед:		542,0	56	39	131	1242

3 - Полдник

Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Бублик	1	Бублик	100	100	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	100,00	8	9	16	250
ФРУКТ	1	Яблоки	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	90
Выход: 261	Итого, 3 - Полдник :		480,00	14	15	43	435	

4 - ужин

Ленивые голубцы	1	Мясо	90	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: сборник Тутельяна в.а; Карта №287		Капуста	170	138	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5	0	0	0	0
		Рис	5	5	0	0	0	0
		Мука пшеничн. в/с	3	3	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Томат паста	10	10	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	164,0	9,8	8,3	16,5	179
Творожный манник на молоке	1	Творог	100	100	0	0	0	0
Спр.лит-ра: сборник Тутельяна в.а; Карта № 216		Яйцо	1,2	1,2	0	0	0	0
		Молоко	70	70	0	0	0	0
		Манка	10	10	0	0	0	0
		Сахар	5	5	0	0	0	0
		Сгущ. Молоко	20	20	0	0	0	0
		Ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0
		Сода	0,01	0,01	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	206	20	18	20	242
Сок	1	Сухофрукты сборны	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 349		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	32	0	0	17	0
Огурец свеж.		Огурец свеж.	100	100,00	0	0	0	0
Спр.лит-ра Карта № 20		Выход: 100	Итого:	100,00	1	0	2	11
Хлеб пшеничный 40 гр	1	Хлеб пшеничный	40	40,00	0	0	0	0
		Выход: 40	Итого:	40,00	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Итого 4 - ужин:			602,21	38	27	96	634	

5 - Второй ужин

Чай с сахаром	1	Заварка	1	1	0	0	0	0
		Сахар	11	11	0	0	0	0
Спр.лит-ра: сборник Тутельяна в.а; Карта №385		Выход: 200	Итого:	12	0,2	0	15	58
Итого 5 - ужин:				12	0,2	0	15	58
Выход:	Итого:		2021	120	102	380	3044	

диет-сестра _____
шеф-повар _____
бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра.; Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Какао	1	Какао порошок	1,2	1,2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №382		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	12	4,9	5	32,5	190
Омлет с сыром	1	Яйцо	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №211		Сыр	10	10	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Раст. Масло	2	2	0	0	0	0
ый, М, П, Тутельяна в,а ; Карта №296		Выход: 110	Итого:	17	10	16,7	2	199
БАТОН 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Выход:		Итого 1-завтрак:		99	20	31	65	607
2 - обед								
Печень в молоке	1	печень	86	71	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта Ю		Масло растит.	6	6	0	0	0	0
		Молоко	50	50	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Мука пшеничная в/с	3	3	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №468		Выход: 50/50	Итого:	165	12	9	18	222
Макароны	1	Макароны	65	65	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №202		Слив. Масло	5	5	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	200	6,8	12,2	44,8	312
Уха	1	Картофель	100	80	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №181		Рыба	90	60	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Пшено	5	5	0	0	0	0
		Выход: 350	Итого:	175,0	3	5,9	15,3	110
Огурец свежий		Огурец свежий	100	100,0	0	0	0	0
		Выход:	Итого:	100,0	0	0	2	11
Сок 200 гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	0,14	0	25	108
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		Итого 2 - обед:		840,0	29	28	144	954
3 - Полдник								
Йогурт 180 гр	1	Йогурт	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра; Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	0	0	0	0
		Итого, 5 - Второй ужин :		180	5	6	7	95
Булочка творожная	1	Мука	31	31	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта Ю		Творог	14	14	0	0	0	0
		Молоко	20	20	0	0	0	0
		Сахар	5	5	0	0	0	0
		Слив. Масло	5	5	0	0	0	0

	Яйцо [Р]	1,6	1,6	0	0	0	0
	Раст. Масло	2	2	0	0	0	0
	Дрожжи	0,03	0,03	0	0	0	0
	Ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0
	Выход: 35	Итого:	35,00	4,3	15,2	43	323
ФРУКТ	1 Яблоки	200	200	0	0	0	0
	Спр.лит-ра: ; Карта №	Выход: 200	Итого:	200	1	0	20
	Выход: 261	Итого, 3 - Полдник :	415,00	10	21	70	508

4 - ужин

Рагу из овощей	1	Картофель	57	40	0	0	0	0
		Капуста	100	80	0	0	0	0
		Перец болгарский	18	13	0	0	0	0
		Слив. масло	3	3	0	0	0	0
		Раст. масло	2	2	0	0	0	0
		Мука	3	3	0	0	0	0
		Кабачки	42	20	0	0	0	0
		Масло растит.	10	10	0	0	0	0
		Морковь	24	22	0	0	0	0
		Лук репчатый	30	20	0	0	0	0
		Томат пюре	3	3	0	0	0	0
		Выход: 250	Итого:	95,0	5,5	19,4	29	312

Зразы мясные	1	Мясо говяд.	90	63	0	0	0	0
		Яйцо кур.	1,6	1,6	0	0	0	0
		Лук репчатый	31	26	0	0	0	0
		Хлеб	8	8	0	0	0	0
		Молоко	10	10	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5	0	0	0	0
		Выход: 70	Итого:	114	0	0	0	0
Компот из кураги	1	Курага	20	20	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	31	0,12	0	30,6	126

Сырники	1	Творог	100	100,00	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2,00	0	0	0	0
		Слив. масло	5	5,00	0	0	0	0
		Молоко	20	20,00	0	0	0	0
		Сгущ. молоко	20	20,00	0	0	0	0
		Яйцо кур.	1,6	1,6	0	0	0	0
		Манка	3	3,00	0	0	0	0
		Выход: 100/20	Итого:	152,00	15,2	12,4	18,9	251

Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118

Итого 4 - ужин: 491,6 28 33 120 891

5 - Второй ужин

Чай	1	Чай	2	2	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	13	0,02	0	15	58
		Итого 5 - ужин:		13	0,02	0	15	58
		Итого:	1860	87	113	413	3018	

диет-сестра _____
шеф-повар _____
бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 15		Выход: 15	Итого:	10	3	3	0	29
Кофе с молоком	1	Напиток кофейный	2	2	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 379		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	134	3	3	20	115
Каша смешанная	1	Крупа гречневая	15	15	0	0	0	0
		Рис	15	15	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 182		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 296		Выход: 200	Итого:	183	7	9	0	0
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Выход: Итого 1-завтрак:				397	18	24	50	362
2 - обед								
Карт пюре	1	Картофель	229	190	0	0	0	0
		Молоко	70	70	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 312		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	195	5	5	49	232
Перец фаршированный	1	Мясо	90	63	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 286		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Мука пшеничная в/с	5	5,0	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Томат паста	5	5	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Перец болгарский	50	50	0	0	0	0
		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0
		Рис	5	5	0	0	0	0
		Выход: 50/50	Итого:	115	9,7	7,1	8,2	138
Рассольник с курицей	1	Капуста свежая	28	20	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 95		Картофель	80	70	0	0	0	0
		Курица	33	24	0	0	0	0
		Морковь	16	14	0	0	0	0
		Лук репчатый	12	10	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		томат паста	10	10	0	0	0	0
		Огурцы	23	21	0	0	0	0
		Выход: 250/15	Итого:	169,0	2,6	2,5	16,9	101
Сок фруктовый	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Салат из капусты с кукурузой	2	Кукуруза	20	20,0	0	0	0	0
Спр.лит; Карта № 45		Морковь	16	14,0	0	0	0	0

	Капуста свежая	100	98,0	0	0	0	0
	Сахар	2	2,0	0	0	0	0
	Раст масло	2	2,0	0	0	0	0
Выход: 100		Итого:	136,0	1,33	6	8,5	94
Итого 2 - обед:			915,0	27	22	147	861

3 - Полдник

Йогурт	Йогурт Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0	
Спр.лит-ра; Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Тёртый пирог	1	Мука пшенич. в/с	40	40	0	0	0	0
Спр.лит; Карта Ю		Яйцо куриное	2	2	0	0	0	0
		Творог п/ж	30	30	0	0	0	0
		Яблоки	40	40	0	0	0	0
		Слив масло	25	25	0	0	0	0
		Сахар	5	5	0	0	0	0
		Изюм	5	5	0	0	0	0
		Ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0
		Сода	0,02	0,02	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	121,62	0,1	1	72	213
ФРУКТ	1	Апельсины	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	90
Выход: 261		Итого, 3 - Полдник :		501,00	6	7	99	398

4 - ужин

Рыба по-польски	1	Рыба св..	147	147	0	0	0	0	
Спр.лит: Карта №381		Слив масло	10	10	0	0	0	0	
		Мука	2	2	0	0	0	0	
		Яйцо	1,6	1,6	0	0	0	0	
		Выход: 200	Итого:		149	11,9	22,2	4,4	269
Рис		Рис	65	65,0	0	0	0	0	
		Слив масло	5	5,0	0	0	0	0	
		Выход: 200	Итого:		70	5	8,2	51,4	304
Компот из сухофруктов	1	Сухофрукты	20	20	0	0	0	0	
Спр.лит: Карта № 377		Песок сахарный	11	11	0	0	12	45	
		Выход: 200/11/7	Итого:		31	0,4	0	29,6	47
Салат витаминный	1	Помидор св.	30	25,00	0	0	0	0	
Спр.лит: Карта № 48		Огурцы	25	20	0,00	0	0	0	
		Морковь	19	15,00	0	0	0	0	
		Яблоко	23	20,00	0	0	0	0	
		Раст масло	5	5,00	0	0	0	0	
		Выход: 100	Итого:		100,00	1,3	4,2	7,1	73
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0	
		Выход: 40	Итого:		40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:		60	4	1	21	118
Итого 4 - ужин:			380,00	19	23	75	591		

5 - Второй ужин

Кисель	1	Варенье	24	24	0	0	0	0
Спр.лит: Карта № 360		Крахмал	7	7	0	0	0	0
		Песок сахарный	8	8	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	39	1	0	38	150
Итого, 5 - Второй ужин :			39	1	0	38	150	
Итого:			2232	71	76	409	2362	

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №14		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Яйцо варёное	1	Яйцо куриное	15	15	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №15		Выход: 40	Итого:	15	5,1	4,5	0,3	63
Какао с молоком	1	Какао порошок	1,2	1,2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №382		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	132	3	3	20	0
Каша ячневая	1	Молоко	160	160	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №142		Ячка	30	30	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	198	0,01	8,3	0,06	77
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Выход:		Итого 1-завтрак:		405	13	25	50	358
2 - обед								
Макароны отварные	1	Макароны	65	65	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №202		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	70	6,8	12,2	44,6	326
Чахохбили	1	Курица	213	145	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №711		томат пюре	3	3	0	0	0	0
		Чеснок	0,02	0,02	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0
		Зелень	0	0	0	0	0	0
		Выход: 100/50	Итого:	164	7,8	7,6	6,4	127
Суп с яичными хлопьями мяс.	1	Мясо	33	24	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта Ю		Картофель	100	20	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Яйцо	1,2	1,2	0	0	0	0
		Выход: 350/15	Итого:	115,0	2	5	10	88
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Помидор свежий	1	Помидор свеж.	100	100,0	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	100,0	1	0	3	20
Итого 2 - обед:				749,0	26	26	128	857
3 - Полдник								
Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Бублик	1	Бублик	100	100	0	0	0	0
		Выход: 35	Итого:	35,00	3	4	26	146

ФРУКТ	1	Груши [Р#]	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого: 200	1	0	20	90	
Выход:		Итого, 3 - Полдник :	415,00	9	10	53	331	
4 - ужин								
Карт пюре	1	Картофель	229	190	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №		Молоко	70	70	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	4	0	37
		Выход: 200	Итого: 265,0	4,2	11	29	252	
Гуляш	1	Мясо	107	79	0	0	0	0
Спр.лит-ра: карта №632		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Томат паста	10	10	0	0	0	0
		Мука пшеничн.в/с	5	5	0	0	0	0
		Выход: 50/50	Итого: 124	13,9	6,5	4	132	
Чай с лимоном	1	Заварка	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 377		Лимон	8,7	8,7	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200/11/8	Итого: 32	1	0	26	0	
Салат из помидоров и перцем	1	Масло растит.	5	5	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 27		Помидоры	70	60,00	0	0	0	0
		Перец болгарский	30	23,00	0	0	0	0
		Лук зеленый (перо)	12	10,00	0	0	0	0
		Выход: 90	Итого: 98,00	1	7,1	4,2	86	
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого: 40	3	0	20	84	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого: 60	4	1	21	118	
Итого 4 - ужин:			619,00	27	19	75	672	
5 - Второй ужин								
Компот из кураги	1	Курага	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №377		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200/11/7	Итого: 31	0	0	31,6	126	
Итого, 5 - Второй ужин :			31	0	0	31,6	126	
Итого:			2219,2	75	79	338	2344	

диет-сестра _____
 шеф-повар _____
 бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: СБОРНИК РЕЦЕПТУРНЫХ БЛЮД для ПР. ОБЩ. ПИТАНИЯ ЛАПШИНОЙ В.Т.;		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	12	12	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №15		Выход: 15	Итого:	12	3	3	0	29
Кофе с молоком	1	Кофе	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №382		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	133	133	0	0	0	0
Каша янтарная (пшенная)	1	Крупа пшенная	30	30	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №305		Яблоки	35	30	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
Энн, М, П, Тутельяна в.а ; Карта №177		Выход: 200	Итого:	228	6,2	3,6	27,2	172
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Выход:		Итого 1-завтрак:		443	15	16	111	419

2 - обед

Азу по-татарски	1	Говядина	107	79	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №637		Картофель	229	190	0	0	0	0
		Огурцы солёные	33	20,0	0	0	0	0
		Лук репчатый	24	20	0	0	0	0
		Масло слив.	10	10	0	0	0	0
		Томат. паста	10	10	0	0	0	0
		Мука	4	4	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	333	17,8	9,6	19,4	242
Свекольник с кур. и смет.	1	Картофель	100	80	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 187		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Курица	52	33	0	0	0	0
		Свекла	88	70	0	0	0	0
		Сметана	10	10	0	0	0	0
		Томат. паста	10	10	0	0	0	0
		Выход: 350/15/10	Итого:	233,0	3,6	5,9	16	132
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Огурец свежий	1	Огурец свежий	100	100,0	0	0	0	0
		Выход:100	Итого:	100,0	1	0	2	11
Итого 2 - обед:				966,0	30	17	101	681

3 - Полдник

Ряженка	1	Ряженка	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Булочка домашняя	1	Мука пшеничн.в/с	40	40	0	0	0	0

Спр.лит-ра:Карта №769		Песок сахарный	5	5	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Яйцо куриное	1,6	1,6	0	0	0	0
		Дрожжи	0,02	0,02	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	20	20	0	0	0	0
		Масло растит.	4	4	0	0	0	0
		Выход: 50						
		Итого:	75,62	7,5	13,2	61	394	
ФРУКТ	1	Яблоко	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200						
		Итого:	200	1	0	20	90	
Итого, 3 - Полдник :			455,62	9	19	88	579	

4 - ужин

Запек.гречка с печенью		1	Печень	100	80	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 520			Гречка	50	50	0	0	0	0
			Сыр	10	10	0	0	0	0
			Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
			Морковь	18	16	0	0	0	0
			Манка	3	3	0	0	0	0
			Сметана	10	10	0	0	0	0
			Выход: 200						
			Итого:	183	12,8	13,8	38	247	
Чай с молоком	1	Заварка	20	20	0	0	0	0	
Спр.лит-ра:Карта № 388			Молоко	100	100	0	0	0	0
			Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
			Выход: 200						
			Итого:	120	0	0	16	0	
Спр.лит-ра:Карта №			Выход: 100						
			Итого:	0,00	0	0	0	3	
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №			Выход: 40						
			Итого:	40	3	0	20	84	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0	
Спр.лит-ра: ; Карта №			Выход: 60						
			Итого:	60	4	1	21	118	
Итого 4 - ужин:			403,00	20	15	95	452		

5 - Второй ужин

Компот из св. фруктов		1	Апельсин	75	50	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №360			Мандарин	68	50	0	0	0	0
			Сахар	11	11	0	0	0	0
			Выход: 200						
			Итого:	111	0,2	0	35,8	142	
Итого, 5 - Второй ужин :				111	0,2	0	35,8	142	
Итого:			2378,6	74	66	431	2273		

диет-сестра _____
 шеф-повар _____
 бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: СБОРНИК РЕЦЕПТУРНЫХ БЛЮД для ПР. ОБЩ. ПИТАНИЯ ЛАПШИНОЙ В.Т.		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	73
Джем	1	Джем	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 15		Выход: 15	Итого:	15	0,1	0	14,3	29
Чай с молоком с молоком	1	Заварка	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 382		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	133	3	3	20	0
Макароны с сыром	1	Макароны	65	65	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 204		Сыр	10	10	0	0	0	0
		Слив. Масло	5	5	0	0	0	0
			0	0	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	80	10,8	12,1	45,6	326
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Итого 1-завтрак:				298	19	24	110	571

2 - обед

Салат из свеклы	1	Свекла	120	100	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №52		Раст. Масло	5	5	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	105	1,31	5,16	12,1	100,11
Плов	1	Мясо	107	79	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 265		Рис	68	68	0	0	0	0
		Лук	16	14,0	0	0	0	0
		Морковь	24	20,0	0	0	0	0
		Томат паста	10	10	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	191	21,6	11,8	37,8	350
Суп с рыбными фрикад	1	Рыба	63	32	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 106		Картофель	80	70	0	0	0	0
		Яйцо	1,13	1,13	0	0	0	0
		Морковь	16	14	0	0	0	0
		Лук репчатый	12	10	0	0	0	0
		Пшено	5	5	0	0	0	0
		Лук зел.	12	10	0	0	0	0
		Выход: 250/20	Итого:	142,0	2	4,9	14,3	110
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	86,6
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Итого 2 - обед:				738,0	33	23	128	849

3 - Полдник

Ряженка	1	Ряженка	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ЖЕЛТЫЙ СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ 1989; Карта № 386		Выход: 180	Итого:	180	6	12	8	169
Вафли	1	Вафли	35	35	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	35,00	0,3	0	15	60
ФРУКТ	1	Яблоки	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого:	200	1	0	20	90
Выход:				Итого, 3 - Полдник :				
				415,00	7	12	43	319

4 - ужин

4 - ужин									
Биточки мясные	1	Мясо	90	63	0	0	0	0	0
		Лук	16	14	0	0	0	0	0
		Яйцо кур.	1,6	1,6	0	0	0	0	0
		Хлеб	9	9	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №268		Молоко	12	12	0	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	100,0	7,95	7,2	8	130,4	
Сложный гарнир		Рис	35	35	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №773		Слив масло	3	3	0	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	40	0	0	0	0	0
		Морковь	11	8	0	0	0	0	0
		Лук	10	8	0	0	0	0	0
		Мука пшеничн.в/с	2	2	0	0	0	0	0
		Томатная паста	5	5	0	0	0	0	0
		Масло растит.	2	2	0	0	0	0	0
		Капуста	160	112	0	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	137	1,9	6,2	5,3	84	
Соус шоколадный	1	Какао	5	5	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 346		Песок сахарный	5	5	0	0	0	0	0
		Сгущ. Молоко	20	20	0	0	0	0	0
		Вода	15	15	0	0	0	0	0
		Выход: 50	Итого:	45	2,5	4,1	25,7	152	
Суфле морковно-яблочное	1	Морковь	70	52,00	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 274		Яблоко	52	25,00	0	0	0	0	0
		Молоко	18	18,00	0	0	0	0	0
		Манка	3	3,00	0	0	0	0	0
		Яйцо	1,4	1,40	0	0	0	0	0
		Слив масло	3	3,00	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 29		Выход: 100/50	Итого:	102,40	5,7	5,8	8,9	112	
Кисель из шиповника	1	Шиповник	20	20,00	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 388		Сахар	11	11,00	0	0	0	0	0
		Крахмал	7	7,00	0	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	38,00	0,2	0	33,8	132	
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118	
Итого 4 - ужин:				560,00	25	24	102	812	

5 - Второй ужин

5 - Второй ужин									
Чай с сахаром и лимоном	1	Чай	2	2	0	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №377		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0	0
		Лимон	8	7	0	0	0	0	0
		Выход: 200/11/7	Итого:	20	0	12	12	47	
		Итого, 5 - Второй ужин :		20	0	12	12	47	
		Итого:		2031	84	95	410	2598	

диет-сестра _____

шеф-повар _____

бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: СБОРНИК РЕЦЕПТУРНЫХ БЛЮД для ПР. ОБЩ. ПИТАНИЯ ЛАПШИНОЙ В.Т.:		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта №		Выход: 15	Итого:	10	3	3	0	29
Какао с молоком	1	Какао порошок	1,2	1,2	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	133	3,78	0,67	26	125
Каша рисовая	1	Рис	25	25	0	0	0	0
Спр. Лит-ра: Карта № 182		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0
		Песок сахарный	3	3	0	0	0	0
		Масло сливочное не	5	5	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	193	4,8	12	47,6	326
Батон нарезной 60	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Выход:		Итого 1-завтрак:		406	17	17	104	698
2 - обед								
Салат Фантазия	1	Капуста свежая	32	25	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № Ю		Морковь	19	5	0	0	0	0
		Перец	25	15	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5	0	0	0	0
		Кукуруза	31	30	0	0	0	0
		Сахар	2	2	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	82	2,4	4,8	5,1	75
Печень тушеная в соусе	1	Печень	86	71	0	0	0	0
		Мука	3	3	0	0	0	0
		Масло сливочное несо	5	5	0	5	0	0
Спр.лит-ра: Карта №261		Сметана	13	13	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Выход: 50/50	Итого:	106	25,7	14,5	4,5	259
Суп гороховый с мясом		Картофель	100	80	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №102		Консервир.горох	28	28	0	0	0	0
		Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
		Морковь	18	16	0	0	0	0
		Мясо	33	24	0	0	0	0
		Выход: 250/15	Итого:	171,0	6,2	5,6	22,3	167
Макароны		Макароны	65	65,0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 202		Слив масло	5	5,0	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	70,0	6,8	12,2	45,6	326
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: : Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)		Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: : Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
		1						
		Итого 2 - обед:		715,0	49	38	142	1123
3 - Полдник								
Кефир 180 гр		Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95

Спр.лит-ра: ; Карта № 388	Мука пшеничная в/с	40	40	0	0	0	0
Пирожок с яблоком	Молоко цельное 3,2%	20	20	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 409	Яйцо куриное	1,6	1,6	0	0	0	0
	Песок сахарный	5	5	0	0	0	0
	Дрожжи	0,02	0,02	0	0	0	0
	Масло растит.	4	4	0	0	0	0
	Яблоко	40	20	0	0	0	0
ФРУКТ	Выход: 60	Итого: 90,62	3	0	0	0	0
	Груша	200	200	0	0	0	0
	Выход: 200	Итого: 200	1	0	15	60	
Итого, 3 - Полдник:		470,62	9	6	22	155	

Спр.лит-ра: ; Карта №

Выход:

4 - ужин	Творог п/ж	100	100	0	0	0	0
Срезы из творога с курагой и сгущ.молоком	Песок сахарный	5	5	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта № 364	Яйцо куриное	1,6	1,6	0	0	0	0
	Курага	20	20	0	0	0	0
	Молоко сгущ.с/с	20	20	0	0	0	0
	Масло растит.	2	2	0	0	0	0
	Молоко	20	20	0	0	0	0
	Крупа манная	3	3	0	0	0	0
	Выход: 80/20	Итого: 171,6	14	11,1	33,4	290	
Птица туш. В соусе с овощами	Куры	108	75	0	0	0	0
	Картофель	67	50	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №488	Зел. Горошек	20	20	0	0	0	0
	Кабачки	4	35	0	0	0	0
	Масло сливоч	5	5	0	0	0	0
	Лук репчатый	16	14	0	0	0	0
	Морковь	19	15	0	0	0	0
	Капуста	50	40	0	0	0	0
	Раст.масло	2	2	0	0	0	0
	Выход: 100/50	Итого: 256	10,8	12,6	18,8	232	
Компот из кураги	Курага	20	20	0	0	0	0
	Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
	Выход: 200/11/7	Итого: 31	0	0	12	47	
Спр. Литр-ра Карта № 377	Помидор св.	80	80,00	0	0	0	0
	Выход: 80	Итого: 80,00	0	0	0	3	
Помидор свежий 100 гр	Хлеб пшеничный	80	40	0	0	0	0
	Выход: 40	Итого: 40	3	0	20	84	
Хлеб пшеничный 40гр	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №	Выход: 60	Итого: 60	4	1	21	118	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	Итого 4 - ужин:	638,60	32	25	105	774	
Спр.лит-ра: ; Карта №							

5 - Второй ужин

Чай с сахаром	Заварка	2	2	0	0	0	0
	Песок сахарный	11	11	0	0	0	0
	Выход: 200	Итого: 13	5	6	15	60	
Выход: 1	Итого, 5 - Второй ужин:	13	5	6	15	60	
	Итого:	2243,2	112	92	387	2810	

180

Выход:

диет-сестра _____
шеф-повар _____
бухгалтер _____

Раскладка для диетсестры

Название блюда/диета	Кол	Продукт	брут	нетто	бел.	жир.	угл.	ккал
1 - завтрак								
Масло (порциями) 10 гр	1	Масло сливочное не	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: СБОРНИК РЕЦЕПТУРНЫХ БЛЮД для ПР. ОБЩ. ПИТАНИЯ ЛАПШИНОЙ В.Т.		Выход: 10	Итого:	10	0	8	0	75
Сыр порционный	1	Сыр Пошехонский	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 15		Выход: 15	Итого:	10	3	3	0	29
Кофе	1	Напиток кофейный	2	2	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 379		Сахар	11	11	0	0	0	0
		Молоко цельное 3,2%	120	120	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого:	133	3	3	20	0
Суп молочный	1	Вермишель	14	14	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 120		Молоко цельное 3,2%	160	160	0	0	0	0
		Масло сливочное не	3	3	0	0	0	0
		Сахар	3	3	0	0	0	0
		Выход: 250	Итого:	180	7	7,9	24,7	141
Батон нарезной 60 гр	1	Батон	60	60	0	0	0	0
		Выход: 60	Итого:	60	5	1	30	143
Выход:			Итого 1-завтрак:		393	18	23	75 388
2 - обед								
Бигус	1	Капуста свежая	260	200	0	2	0	0
Спр.лит-ра:Карта № Ю		Лук репчатый	18	16	0	0	0	0
		Морковь	18	16,0	0	0	0	0
		Мясо	90	63	0	0	0	0
		Томат паста	10	10	0	0	0	0
		Выход: 180	Итого:	431	6,2	16,2	21,8	262
Суп с мясными фрикадельками	1	Картофель	80	70	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 104		Макаронные изделия	5	5	0	0	0	0
		Морковь	16	14	0	0	0	0
		Лук репчатый	12	10	0	0	0	0
		Мясо	54	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №104		Выход: 250/20	Итого:	139,0	2	2,4	14,8	90
Сок 200гр	1	Сок в ассортименте	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра:Карта № 389		Выход: 200	Итого:	200	1	0	23	94
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого:	40	3	0	20	84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого:	60	4	1	21	118
Салат из свежих помидоров с р	1	Лук зеленый (перо)	12	10,0	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 23		Помидоры свеж.	98	85,0	0	0	0	0
		Масло растит.	5	5,0	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого:	100,0	0,9	7,1	3,9	85
Итого 2 - обед:			988,0		17	27	105	733
полдник								
Кефир 180 гр	1	Кефир 3.2%	180	180	0	0	0	0
Спр.лит-ра: Карта №386		Выход: 180	Итого:	180	5	6	7	95
Бублик	1	Бублик	100	100	0	0	0	0

		Выход: 100	[#P]	Итого: 100,00	1,48	0,08	24,4	114
ФРУКТ	1	Апельсин	200	200	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 200	Итого: 200	1	0	20	90	
Выход:		Итого, 3 - Полдник :		480,00	7	6	51	299
4 - ужин								
Блины со сщ. молоком	1	Молоко	100	100	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Яйцо	1,10	1,1	0	0	0	0
		Сахар	5	5	0	0	0	0
		Масло растит.	8	8	0	0	0	0
		Мука	40	40	0	0	0	0
		Дрожжи	0,02	0,02	0	0	0	0
		Сгущенка	20	20	0	0	0	0
		Выход: 100/20	Итого: 174	12	10	13	201	
Компот из шиповника и с/ф	1	с/ф	10	10	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 377		Шиповник	10	10	0	0	0	0
		Сахар	11	11	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого: 31	0,02	0	35	142	
Рыба жарен. С луком по-Ленинградски	1	Рыба	197	147,00	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 378		Масло растит.	5	5,00	0	0	0	0
		Мука	6	6,00	0	0	0	0
		Лук	72	30,00	0	0	0	0
		Раст масло	6	6,00	0	0	0	0
		Выход: 100	Итого: 200,00	1	5	8	0	
Рис	1	Рис	65	65,00	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 76		Слив масло	5	5,00	0	0	0	0
		Выход: 200	Итого: 70,00	4	7	2	0	
Хлеб пшеничный 40гр	1	Хлеб пшеничный	40	40	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 40	Итого: 40	3	0	20	84	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (60ГР)	1	Хлеб ржаной	60	60	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта №		Выход: 60	Итого: 60	4	1	21	118	
		Итого 4 - ужин:		575,10	24	23	99	545
5 - Второй ужин								
Кисель из кураги	1	Крахмал	7	7	0	0	0	0
		Курага	20	20				
		Сахар	8	8	0	0	0	0
Спр.лит-ра: ; Карта № 385		Выход: 200	Итого: 35	6	7	10	123	
		Итого, 5 - Второй ужин :		35	6	7	10	123
		Итого:		2471,1	73	86	340	2088

диет-сестра _____

шеф-повар _____

бухгалтер _____