

2 неделя

2 день

Наименование блюد	Выход блюд	Ингредиенты	Цена	Брутто, г	Сумма
Салат витаминный	30	Морковь	250	6	15
		Масло растительное	900	5	4,5
		Капуста	350	8	28
		Яблоко	550	8	44
		Зелень	2000	2	40
		Лимон для сока	1350	2	27
Зразы рубленые	60	говядина	1870	120	224,4
		Яйцо	60	60	60
		Лук	280	3	8,4
		Масло растительное	900	10	9
		Зелень	2000	2	4
		Сухари	1500	8	1,2
		Хлеб пшеничный	280	30	2,8
		молоко	600	19	11,4
		Перловка	230	36	8,28
Гарнир: перловка	100	Масло сливочное	3800	4	15,2
Сок натуральный	200	Сок 1л	50	200	40
Фрукты	200	Яблоко	550	200	110
Хлеб р.п.	20	Хлеб р.п.	280	20	5,6
Калорийность, ккал					500,28

2 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд	Ингредиенты	Цена	Брутто, г	Сумма
Салат свекольный с сыром	30	Свекла	350	28	9,8
		Масло растительное	900	8	7,2
		Сыр твердый	4000	10	40
Мясо тушеное	60	Мясо курица	2260	130	293,8
		Лук	280	8	224
		Мука	260	6	15,6
		Томат	900	10	9
		Масло растительное	900	3	2,7
		капуста	350	20	7
Гарнир: капуста тушеная	100	сахар	480	5	2,4
		морковь	250	8	2,0
		Мука	260	5	13
		Томат	900	3	2,7
		Масло растительное	900	57	51,3
		лук	280	8	2,24
		Хлеб р.п.	280	20	5,6
Хлеб р.п.	20	Кисель	1150	24	27,6
Кисель с витамином С	200	Сахар	480	10	4,8
		Лимонная кислота	3000	0,0002	0,00056
Калорийность, ккал					500,58