

ארכיבא שאמא זתי' רייזן בת רחל אהרן זצ"ל בן פאנסעס

חייב אדם לברך בכל יום מאה ברכות לפחות

(מנחות מג:.. שלחן ערוך סימן מו. סעיף א)

כיסור	יום טוב	שבת	ימי חול וימי תענית	
רוב בני אדם מברכים:				
1	1	1	1	על נטילת ידים
1	1	1	1	אשר יצר
15	16	16	16	ברכות השחר
3	3	3	3	ברכות התורה (ברכות התורה היינו שלש ברכות לפי משנה ברורה סימן מו. אות יד)
1	1	1	1	ציצית/טלית
1			1	תפילין של יד
2	2	2	2	ברוך שאמר/שתבה
7	7	7	7	ברכות קריאת שמע
35	28	28	57	שמנה עשרה
	12	18		סעודה בלי כוס של ברכת המזון
	3	3		קידוש (לפי דעת תורה סימן רצ. אות א)
1				שהחינו
66	74	80	89	סכום

יש מברכים:				
1	1	1	1	מקדש את שמך ברבים (טעמי המנהגים. סימן לא)
1	1	1	1	המפיל
1				תפילין של ראש
1				ידאו עינינו
			1	שעשה לי כל צרכי
		2		ברכות הלל

Personal ברכות Counter:				
Personal Subtotal:				
Additional אשר יצר:				
Additional food ברכות:				
Other ברכות:				
Personal Total:				
needed to get to 100: ברכות				

לא יכניס עצמו בחשש ברכה שאינה צריכה משום מצות מאה ברכות (משנה ברורה סימן מו. אות יד)

מאה ברכות

וביום השבת... יוצא ע"פ הדחק במה שיכוין לשמוע ברכת התורה והמפטיר ויענה
אמן... וביום"כ... אפשר שיוצא ע"פ הדחק במה שמכוין לשמוע חזרת השי"ץ (משנה ברורה סימן מג אות
יד).

וי"א דאפילו אם המברך מברך בלחש שאין שומעין הברכה כיון שידוע מה מברך עונה אמן
ויוצא בזה [בי"י]. (ערוך השלחן סימן מו סוף אות ג)

בדבר שאלתו האם ברכת המזון של סעודה שלישית בשבת קודש שמברכים לאחר צאת
הכוכבים מצטרף למנין מאה ברכות של שי"ק, מסתבר דשייכי ללילה, ולעומת זה המתפלל מעריב
בערב שבת וגם עשה קידוש וכן הדלקת נרות שהם שייכים ליום הואיל ועדיין יום לענין טבילה
מטומאה. רק מסופקני על ברכות של בין השמשות למי הם מתיחסים, ומסתמא כבר מבואר הדבר
בספרים. (מנחת שלמה חלק ב' סימן ד' אות כז)

וכן המברך ברכת המוציא בליל א' דפסח או בליל א' דסוכות כדי להוציא י"ח את האחרים
והוא בעצמו אינו יוצא, גם הם בכלל המאה, וכן העושה קידוש בבית חולים כמה פעמים, וכ"ש
שהשי"צ עצמו בחזרת השי"צ שזה נכלל גם לכתחלה. (מנחת שלמה חלק ב' סימן ד' אות כז)

יש מקומות שנהגו לומר אין כאלקינו אחר תפילת מוסף אחד שבת ואחד יום טוב כדי
להשלים מאה ברכות שחייב אדם לברך בכל יום, כי בשבת וביום טוב אין אדם מתפלל מיי"ח ברכות
רק ז' נמצא שיצאו מהן לייג ברכות בין ערבית בין שחרית ומנחה, ומשלימין אותן בז' ברכות של מוסף,
שש שבסעודה שלישית, וכי כינויים שיש באין כאלקינו שכל אחד מהן עולה להשלים מאה ברכות,
נמצאו נשלמו לייג ברכות שהיו חסרות. (כל בו הלכות שבת סוף סימן לז)