

День 2-ой, вторник

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
Завтрак										
	Каша, манная, молочная				8,04	9,24	32,94	247,16	1,99	179
	- крупа манная	15	15							
	- молоко	150	150							
	- сахар	3	3							
	- масло сливочное	5	5							
	Выход			200						
	Чай с молоком				4,2	3,75	22,02	134,85	1,2	394
	- чай	0,4	0,4							
	- сахар	8	8							
	- молоко	100	100							
	Выход			180						
	Бутерброд с маслом				4,78	12,51	14,64	190,7		1,6
	- хлеб пшеничный	40	40							
	- масло сливочное	5	5							
	Выход			45						
	Всего за завтрак				17,02	25,49	69,57	572,71	3,19	
Второй завтрак										
	Сок	150	150		0,54	0,36	29,34	123,00	3,6	399
	Выход			150						
	Всего за второй завтрак				0,54	0,36	29,34	123,00	3,6	
Обед										
	Суп картофельный с крупой				2,18	2,84	14,29	91,5	8,25	80
	- картофель	53	45							
	- крупа гречневая	10	10							
	- морковь	10	8							
	- лук репчатый	10	8							
	- масло растительное	4	4							
	Выход			250						
	Птица, тушенная с соусом с овощами				11,94	8,64	20,88	209,00	26,79	302
	- картофель	120	88							
	- морковь	30	20							
	- лук репчатый	20	15							
	- масло растительное	2	2							
	- бедро куриное	85	75							
	- мука пшеничная	5	5							
	- сметана	7	7							
	- масло сливочное	2	2							
	Выход			200						
	Кисель из концентрата (смесь)				0,4	0,018	25,24	102,72	0,36	376
	- кисель концентрированный	20	20							
	- сахар	4	4							
	Выход			180						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	40	3,3	0,6	17,1	90,5		1
	Всего за обед				17,82	12,98	77,51	342,84	34,4	

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
Уплотненный полдник										
	Пюре картофельное				4,51	6,41	19,83	157,38	3,4	336
	- картофель	150	140							
	- молоко	40	40							
	- масло сливочное	5	5							
	выход			160						
	Рыба запеченная с овощами									
	- рыба свежемороженая	85	75							
	- морковь	20	18							
	- томатная паста	5	5							
	- лук репчатый	18	13							
	- масло растительное	5	5							
	выход			80						
	Кофейный напиток с молоком				5,04	4,5	23,43	150,45	1,17	395
	- кофейный напиток	2	2							
	- сахар	8	8							
	- молоко	120	120							
	выход			180						
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20		2,64	0,48	13,68	72,4	0,0	1
	выход			20						
	Всего за уплотненный полдник				22,06	14,92	66,16	544,21	23,3	
Всего за весь день:										
	Хлеб ржано-пшеничный	60	60							
	Хлеб пшеничный	40	40							
	Соль	3	3							
	Всего за день				49,75	54,21	254,45	1752,81	53,66	