

День 5-ый, пятница

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
Завтрак										
	Каша вязкая из смеси круп				6,49	6,56	45,06	264,80	0,45	178
	- крупа гречневая	7	7							
	- рисовая	7	7							
	- пшено	7	7							
	- сахар	3	3							
	- молоко	100	100							
	- масло сливочное	5	5							
	Выход			200						
	Бутерброд с маслом				3,28	4,23	33,86	187,2	0,48	2
	- масло сливочное	5	5							
	- хлеб пшеничный	40	40							
	Выход			45						
	Чай с сахаром				2,67	2,34	19,25	107,95	1,2	394
	- чай	0,5	0,5							
	- сахар	8	8							
	Выход			180						
	Всего за завтрак				12,44	13,13	98,17	559,95	2,13	
Второй завтрак										
	Яблоко	100	100		0,54	0,36	29,34	123,00	3,6	399
	Выход			100						
	Всего за второй завтрак				0,54	0,36	29,34	123,00	3,6	
Обед										
	Суп картофельный с бобами				7,33	5,83	11,08	151,33		7
	- картофель	54	40							
	- горох	15	15							
	- морковь	10	8							
	- лук репчатый	10	8							
	- масло сливочное	2	2							
	Выход			250						
	Пюре картофельное				3,4	53,35	20,52	152,5	20,17	321
	- картофель	200	142							
	- молоко	40	40							
	- масло сливочное	4	4							
	Выход			180						
	Котлеты рыбные				10,59	6,47	4,17	117,00	5,46	248
	- рыба свежемороженая	90	80							
	- лук репчатый	10	8							
	- яйцо (шт.)	1/5	1/5							
	- масло растительное	5	5							
	Выход			80						
	Кисель из концентр (смесь)				0,4	0,018	32,21	129,25	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				25,25	67,1	86,68	655,48	26,46	

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
Уплотненный полдник										
	Каша из круп вязкая				8,91	9,59	32,79	303	0,91	177
	- крупа рисовая	20	20							
	- молоко	100	100							
	- сахар	3	3							
	- масло сливочное	4	4							
	ВЫХОД			150						
	Кофейный напиток с молоком				4,53	3,91	22,16	141,15	1,17	395
	- кофейный напиток	2	2							
	- сахар	8	8							
	- молоко	120	120							
	ВЫХОД			200						
	Хлеб пшеничный	40	40							
	ВЫХОД			40						
	Всего за уплотненный полдник				14,13	14,09	40,35	400,2	1,45	
Всего за день:										
	Хлеб ржано-пшеничный	60	60							
	Хлеб пшеничный	40	40							
	Соль	3	3							
	Всего за день				59,4	73,26	205,17	1664,48	33,93	