

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	4	4							
	- масло сливочное	4	4							
	Выход			200						
	Чай с молоком				4,2	3,75	22,02	134,85	1,2	394
	- чай	0,5	0,5							
	- сахар	9	9							
	- 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, тушеная 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	5	5							
	Выход			180						
	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	50	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 подник										
	Салат из картофеля, с соевыми соусами и огурцами				2,44	10,39	12,89	155	37,4	22
	- картофель	30	20							
	- огурцы соленые	20	20							
	- лук репчатый	13	11,5							
	- морковь	10	8							
	- масло растительное	4	4							
	Выход			50						
	Плюшка				7,08	2,63	41,81	202		52
	- мука пшеничная	30	30							
	- сахар	10	10							
	- масло сливочное	1	1							
	- яйцо (шт.)	1/5	1/5							
	- дрожжи сухие	0,8	0,8							
	- молоко	10	10							
	- масло растительное	2	2							
	Выход			40						
	Молоко кипяченое	150	150		5,04	4,5	8,46	93,6	2,46	400
	Выход			150						
	хлеб ржано-пшеничный	20	20	20	2,64	0,48	13,68	72,4		1
	Всего за уплотненный подник				17,2	18,00	76,84	523,00	39,86	
Всего за весь день:										
	Хлеб ржано-пшеничный	70	70							
	Хлеб пшеничный	40	40							
	Соль	5	5							
	Всего за день				52,58	56,83	253,26	1561,55	86,51	