

День 7-ой, вторник

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>										
	Каша пшеничная на молоке				8,41	8,63	35,92	255,01		47
	- молоко	150	150							
	- сахар	5	5							
	- масло сливочное	4	4							
	- крупа пшеничная	25	25							
	выход			200						
	Чай с сахаром				0,36	0,09	15,03	59,39	0,18	391.394
	- чай	0,5	0,5							
	- сахар	9	9							
	выход			180						
	Бутерброд с маслом				7,45	8,75	24,37	180	0,11	3
	- масло сливочное	5	5							
	- хлеб пшеничный	40	40							
	выход			45						
	<b>Всего за завтрак</b>				<b>16,22</b>	<b>17,47</b>	<b>75,32</b>	<b>494,4</b>	<b>0,29</b>	
<b>Второй завтрак</b>										
	Сок	150	150		0,54	0,36	29,34	123,00	3,6	399
	выход			150						
	<b>Всего за второй завтрак</b>				<b>0,54</b>	<b>0,36</b>	<b>29,34</b>	<b>123,00</b>	<b>3,6</b>	
<b>Обед</b>										
	Суп картофельный с клецками				4,80	2,85	24,97	145,82		6
	- картофель	53	40							
	- морковь	10	8							
	- лук репчатый	10	8							
	- масло растительное	3	3							
	- мука пшеничная	23	23							
	- яйцо (шт.)	1/5	1/5							
	выход			250						
	Птица, тушенная в соусе с овощами				11,94	8,64	20,88	209,00	9,24	302.354.318
	-бедро куриное	80	70							
	- морковь	30	25							
	- лук репчатый	20	18							
	- масло растительн	3	3							
	- сметана	5	5							
	- картофель	150	105							
	-масло сливочное	2	2							
	выход			100						
	Компот из яблок				0,14	10,9	24,88	100,46	0,87	373
	- яблоки	25	22							
	- сахар	9	9							
	выход			180						
	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	50	3,3	0,6	17,1	90,5	00	1
	<b>Всего за обед</b>				<b>24,01</b>	<b>17,54</b>	<b>100,8</b>	<b>746,91</b>	<b>31,108</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
<b>Уплотненный полдник</b>										
	Икра кабачковая	80	80		0,54	3,08	1,73	36,86	12,45	
	выход			80						
	Котлеты рыбные				11,47	6,64	23,44	187,07		248
	- лук репчатый	10	8							
	- масло растительн	5	5							
	- рыба	90	80							
	- яйцо (шт.)	0,2	0,2							
	выход			70						
	Чай с сахаром				0,36	0,09	14,97	56,85		391.392
	-сахар	9	9							
	-чай	0,5	0,5							
	Выход			180						
	Хлеб ржано- пшеничный	20	20	20	2,31	0,9	14,94	78,6		1
	Всего за уплотненный полдник				15,12	11,42	43,91	330,93	12,65	
<b>Всего за день:</b>										
	Хлеб ржано- пшеничный	70	70							
	Хлеб пшеничный	40	40							
	Соль	5	5							
	Всего за день				55,89	46,79	249,37	1695,24	47,65	