

День 7-ой, вторник

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
Завтрак										
	Каша пшеничная на молоке				8,41	8,63	35,92	255,01		47
	- молоко	150	150							
	- сахар	3	3							
	- 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	0,4	0,4							
	- сахар	8	8							
	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						
	Всего за завтрак				16,22	17,47	75,32	494,4	0,29	
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 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	3	3							
	выход			100						
	Компот из яблок				0,14	10,9	24,88	100,46	0,87	373
	- яблоки	25	22							
	- сахар	8	8							
	выход			180						
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	50	3,3	0,6	17,1	90,5	00	1
	Всего за обед				24,01	17,54	100,8	746,91	31,108	

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
Уплотненный полдник										
	Запеканка из творога				17,54	14,0	-	264,98	0,24	237
	- творог	90	90							
	- крупа манная	15	15							
	- сахар	5	5							
	- яйца (в шт.)	1/4	1/4							
	- молоко	40	40							
	- сметана	2	2							
	- масло растительное	3	3							
	выход			150						
	Соус молочный (на сгущенном молоке)				9,7	22,6	66,3	50,75	1,6	351
	- молоко сгущенное	9	9							
	- масло сливочное	3	3							
	- мука пшеничная	5	5							
	выход			40						
	Кисель				0,4	0,018	32,21	129,25	0,36	376
	- кисель концентрированный (смесь)	20	20							
	- сахар	4	4							
	выход			180						
	Всего за уплотненный полдник				18,24	16,6	33,11	423,59	0,62	
Всего за день:										
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40							
	Хлеб пшеничный	0	0							
	Соль	3	3							
	Всего за день				60,47	130,07	199,34	1964,17	81,45	