

День 5-ый, пятница

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>										
	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	5	5							
	- молоко	100	100							
	- масло сливочное	4	4							
	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	9	9							
	Выход			180						
	<b>Всего за завтрак</b>				<b>12,44</b>	<b>13,13</b>	<b>98,17</b>	<b>559,95</b>	<b>2,13</b>	
<b>Второй завтрак</b>										
	Яблоко	100	100		0,54	0,36	29,34	123,00	3,6	399
	Выход			100						
	<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 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	5	5							
	Выход			180						
	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	50	3,3	0,6	17,1	90,5		1
	<b>Всего за обед</b>				<b>25,25</b>	<b>67,1</b>	<b>86,68</b>	<b>655,48</b>	<b>26,46</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	брутто	нетто	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
					Б	Ж	У			
<b>Уплотненный полдник</b>										
	Макаронные изделия отварные с маслом				38,42	5,49	207,62	103,4	00	204
	- макаронные изделия	38	38							
	- масло сливочное	3	3							
	выход			130						
	Яйцо варёное				8,91	15,88	0,9	182,7	00	9
	- яйцо (шт.)	1	1							
	выход			1						
	Чай с сахаром				0,36	0,09	14,97	56,85		391.392
	-сахар	8	8							
	-чай	0,5	0,5							
	Выход			180						
	Всего за уплотненный полдник				23,4	18,01	43,23	428,9	11,27	
<b>Всего за день:</b>										
	Хлеб ржано- пшеничный	50	50							
	Хлеб пшеничный	40	40							
	Соль	5	5							
	Всего за день				61,63	98,6	257,42	1767,33	43,46	