

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,01	3,71	10,79	93,24	0,0
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,62	2,99	10,88	82,86	0,56
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	107	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			462	10,90	11,92	52,08	362,74	39,31
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	193	2,68	4,80	12,55	87,13	1,06
Итого			193	2,68	4,80	12,55	87,13	1,06
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	55	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	190	5,64	9,35	12,74	161,77	5,97
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	11,34	11,51	8,08	183,41	0,09
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			704	22,77	24,26	80,15	646,55	8,68
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	9,76	8,21	38,28	283,85	16,74
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	217	1,62	0,18	17,10	72,00	10,80
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	8,24	5,32	32,26	210,55	0,04
Итого			542	21,28	13,93	98,24	617,39	27,58
Всего				57,63	54,91	243,02	1 713,81	76,63