

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	36	1,69	2,49	18,78	80,72	2,14
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			427	6,79	9,29	55,08	346,72	2,64
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180	0,00	0,00	21,64	86,56	0,00
Итого			180	0,00	0,00	21,64	86,56	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	58	0,93	3,36	4,64	52,90	2,20
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	72	10,61	4,08	9,49	138,01	0,51
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	133	3,56	3,03	17,27	108,40	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	24,50	19,04	89,72	625,71	8,71
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	81	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	139	16,28	15,35	15,72	201,16	8,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	6,03	24,11	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	58	4,41	8,24	28,77	196,39	0,00
Итого			477	23,03	23,83	64,24	488,46	9,60
Всего				54,32	52,16	230,68	1 547,45	20,95