

Неделя первая-СРЕДА

Зимний период														
ПРИЕМ ПИЩИ ДЕНЬ ТРЕТИЙ	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамины С мг		№ рецептуры
		1,5-3 г	3-7 л	Б		Ж		У		1,5-3г	3-7л	1,5-	3-7л	
				1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л					
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	150.00	200	4.67	6.22	5.36	7.14	19.46	25.94	143.50	191.00	1.46	1.95	№ 268
	Какао с молоком	150.00	180	2.00	2.30	2.87	3.44	13.07	16.89	86.11	107.72	1.10	1.33	№ 508,509
	Бутерброт с маслом хлеб	35,00	50	2.50	2.80	4.57	4.69	17.30	24.68	120.33	152.13	0.00	0.00	№ 99,100
	Масло сливочное	6.00	6											
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	341.00	436	9.17	11.32	12.80	15.27	49.83	67.51	349.94	450.85	2.56	3.28	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Кисломолочный напиток	150.00	180	4.35	5.22	4.80	5.76	6.00	7.20	88.50	106.20	1.05	1.26	№ 535
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК	150.00	180	4.35	5.22	4.80	5.76	6.00	7.20	88.50	106.20	1.05	1.26	
	Рассольник ленинградский	124.00	206	1.96	3.27	2.45	4.09	10.05	16.75	66.07	110.11	3.94	6.57	№139
	Суфле из печени	65.00	75	13.70	15.50	7.50	9.80	1.40	1.80	128.50	158.10	19.70	22.70	№171 г. Пермь
	Макаронные изделия отварные	80.00	140	2.78	4.86	2.22	4.28	17.08	29.89	97.60	173.30	0.00	0.00	№ 297
ОБЕД	Огурец соленый	55.00	60	0.59	0.48	0.07	0.06	1.83	1.50	10.27	8.40	7.33	6.00	№112,113
	Хлеб пшеничный	20.00	20	1.58	1.58	0.20	0.20	9.66	9.66	46.76	46.76	0.00	0.00	
	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	50	3.30	3.00	0.60	0.50	16.70	22.17	87.00	94.50	0.00	0.00	
	Компот яблочный	150.00	200	0.10	0.18	4.06	0.18	37.48	58.10	56.58	72.61	3.38	5.85	№243 М.И. Снитур
	ИТОГО ЗА ОБЕД	534.00	751	24.01	28.87	17.10	19.11	94.20	139.87	492.78	663.78	34.35	41.12	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	90.00	90	6.24	6.24	7.67	7.67	2.67	2.67	103.00	103.00	0.65	0.65	№ 307
	Икра кабачковая	45.00	60	0.54	0.72	2.12	2.83	3.47	4.63	35.10	46.80	4.32	5.76	промышленного производства
	Хлеб пшеничный	20.00	20	1.58	1.58	0.20	0.20	9.66	9.66	46.76	46.76	0.00	0.00	
	Сок фруктовый	167.00	167	0.95	0.95	0.07	0.07	18.23	18.23	71.32	71.32	6.80	6.80	№ к/к
	Кондитерское изделие (пиряник)	30.00	30	1.77	1.77	1.41	1.41	22.50	22.50	109.80	109.80	0.00	0.00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		352.00	367	11.08	11.26	11.47	12.18	56.53	57.69	365.98	377.68	11.77	13.21	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1377.00	1734	48.61	56.67	46.17	52.32	206.56	272.27	1297.20	1598.51	37.96	58.87	