

Неделя ВТОРАЯ -ПОНЕДЕЛЬНИК

Зимний период

Зимний период		Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность (ккал)		Витамины С мг		№ рецептуры
ПРИЕМ ПИЩИ ДЕНЬ ШЕСТОЙ	ЗАВТРАК		1,5-3 г	3-7 л	Б		Ж		У		1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л			
					1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л					1,5-3г	3-7л	
ЗАВТРАК		Каша пшениная молочная жидкая	150.00	200	5.27	7.02	5.82	7.76	21.31	28.41	156.75	209.00	1.46	1.95	Сборник технологических нормативов, рецептурных блюд и кулинарных изделий для № 273		
		Какао со сгущенным молоком	150.00	180	1.80	2.00	2.61	3.07	18.19	21.98	103.45	123.55	0.29	0.34		№ 510,511	
		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	9.57	11.82	13.00	15.52	56.80	75.07	380.53	484.68	1.75	2.29			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		Фрукты свежкие	80.00	80	0.28	0.28	0.28	0.28	6.88	6.88	33.00	33.00	7.00	7.00	№ 118		
		ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК	80.00	80	0.28	0.28	0.28	0.28	6.88	6.88	33.00	33.00	7.00	7.00			
		Борщ с капустой и картофелем	129.00	214	2.70	3.51	2.90	5.27	5.34	9.77	65.00	206.00	5.31	9.74		№133	
		Плов с мясом	150.00	180	10.20	12.24	11.42	13.70	26.39	31.67	249.14	298.97	1.80	2.16		№ 375	
		Салат из свеклы с чесноком	40.00	60	0.77	0.85	2.43	3.65	3.34	5.19	37.56	56.34	3.80	5.70		№333 2011г.	
ОБЕД		Компот из сухофруктов	150.00	180	0.33	0.40	0.00	0.00	15.67	22.00	66.00	92.00	0.30	0.36	№527		
		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			
		ИТОГО ЗА ОБЕД	529.00	704	18.88	21.58	17.55	23.32	77.10	100.46	551.46	794.57	11.21	17.96			
		Запеканка картофельная с печенью	180.00	200	9.73	10.81	7.75	8.61	22.37	24.86	202.00	224.44	4.31	4.79		№382	
ПОЛДНИК		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		
		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			
		ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	350.00	400	15.66	17.61	12.75	14.57	38.03	41.72	337.26	377.40	5.36	6.05			
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1300.00	1620	44.39	51.29	43.58	53.69	178.81	224.13	1302.25	1689.65	25.32	33.30			