

Неделя первая - ПЯТНИЦА

Зимний период

ПРИЕМ ПИЩИ ДЕНЬ ПЯТЫЙ	Зимний период	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	1,5-3г	3-7л	
					1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л					
ЗАВТРАК		Каша молочная кукурузная, жидкая	150.00	200	5.27	6.24	8.51	10.03	11.66	13.98	192.76	231.83	1.34	1.54	№91 Пермь 2001г
		Кофейный напиток с молоком	150.00	180	2.20	2.50	2.92	3.50	13.17	17.01	87.76	109.54	1.10	1.33	№ 513, 514
		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	9.97	11.54	16.00	18.22	42.13	55.67	400.85	493.50	2.44	2.87	
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	
ОБЕД		Суп картофельный с мясными фрикадельками	150.00	250	3.98	6.64	3.11	5.18	9.26	15.44	81.00	139.00	6.72	11.20	№83
		Рыба по-польски	90.00	120	8.82	11.76	6.17	8.23	31.50	42.00	216.81	289.11	8.82	0.52	№ 343
		Картофель отварной	120.00	130	2.31	2.50	5.32	5.76	16.12	17.46	129.57	140.37	9.60	10.40	№ 431
		Салат из моркови с зеленым горошком	30.00	60	0.50	1.00	2.40	5.07	1.52	3.03	28.50	57.00	1.43	2.85	№ 27
		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. Снигур
		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	600.00	830	20.59	26.66	21.86	25.12	122.24	167.86	646.22	839.35	29.95	30.82	
		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
ПОЛДНИК		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 (пряник)	30.00	30	1.77	1.77	1.41	1.41	22.50	22.50	109.80	109.80	0.00	0.00	№236
		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	1443.00	1813	45.99	54.68	54.13	61.28	226.90	288.42	1501.55	1816.73	45.21	48.16	