

Неделя первая-ПОНЕДЕЛЬНИК
зимний период

ПРИЕМ ПИЩИ ДЕНЬ ПЕРВЫЙ	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамины С мг			№ рецептуры
		1,5-3 г	3-7 л	Б	1,5-3г	3-7л	Ж	1,5-3г	3-7л	У	1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л	
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150.00	200	5.01	6.68	5.50	7.33	16.39	21.85	134.25	179.00	0.88	1.17		№171
	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	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	9.71	11.98	12.99	15.52	46.86	63.54	342.34	440.67	1.98	2.50		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	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
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК	167.00	167	0.95	0.95	0.07	0.07	18.23	18.23	71.32	71.32	6.80	6.80		
	Суп -уха с рыбой	200.00	250	7.61	9.51	2.59	3.24	15.72	1.65	110.00	137.50	5.90	7.38		№ 159
	Котлета из говядины	60.00	80	6.98	9.30	8.37	11.16	6.53	8.71	103.50	172.48	0.66	0.88		№386
	Соус красный основной	20.00	40	0.17	0.33	0.64	1.28	0.94	1.89	9.71	19.43	0.27	0.55		№ 465
ОБЕД	Пюре картофельное	120.00	130	2.20	2.40	4.18	4.53	14.46	15.66	104.26	112.95	12.21	13.23		№ 434
	Винегрет овощной	40.00	60	0.76	1.05	3.05	4.06	4.18	5.85	46.19	63.00	4.81	6.90		№ 1
	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		
ПОЛДНИК	ИТОГО ЗА ОБЕД	650.00	830	22.70	26.35	23.69	25.15	105.67	#####	564.00	719.23	27.23	34.79		
	Оладьи с повидлом	65.00	130	4.56	9.05	4.06	8.11	27.75	55.15	166.00	330.00	0.24	0.47		№449,448
	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 ЗА ПОЛДНИК	215.00	310	8.91	14.27	8.86	13.87	33.75	62.35	254.50	436.20	1.29	1.73		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1373.00	1743	42.27	53.55	45.61	54.61	204.51	#####	1232.16	1667.42	37.30	45.82		