

	Наименование блюда	Масса брутто	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ Рецептуры	Сумма (руб.)
				Б	Ж	У				
Завтрак	Каша Геркулесовая		160	6,66	10,99	22,64	216,4	0,9	29	
	Молоко	130								
	Геркулес	15								
	Сахар	9								
	Масло сливочное	4								
	Соль	1								
	Чай с лимоном		180	0,045	0,05	10,15	42,65	2,34	154	
	Чай черный	1								
	Сахар	15								
	Лимон	20								
	Булка с маслом		25/5	2,34	6,04	14,86	123,16	-	1	
	Хлеб пшеничный	25								
	Масло сливочное	5								
2 Завтрак	Яблоко	100	100	0,60	0,14	15,00	66	40,00	368	
Обед	Огурец соленый порционнно	20	20	0,57	0,11	2,42	12,08	15	б/н	
	Свекольник на курином бульоне		200	3,74	3,54	10,18	87,78	9,88	99	
	Мясо кур	20								
	Свекла	80								
	Картофель	50								
	Лук	10								
	Морковь	15								
	Паста томатная	5								
	Масло сливочное	5								
	Соль	1								
	Ежики с соусом томатным		110/40	9,88	15,36	11,75	224,71	0	400	
	Мясо кур	40/40/80								
	Крупа рисовая	20								
	Морковь	15								
	Лук	15								
	Паста томатная	10								
	Масло сливочное	5								
	Мука пшеничная	5								
	Соль	1								
	Компот из изюма		180	0,48	0	23,8	90	0,4	241	
	Изюм	20	15							
	Сахар-песок	15	12							

	Витамин «С»	0,05	0,05							
	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	15,84	78,24		б/н	
Полдник	Крем-брюле		130	5,0	4,5	27,5	139,1	2,6	618	
	Молоко	120								
	Сахар	10								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20								
	ИТОГО						1150,44			110,00 руб.

Ужин + Второй ужин

Ужин	Лапшевник с творогом		160	15,6	14,77	42,13	373	0,17	212	
	Вермишель	20								
	Творог	50								
	Яйцо	1/8								
	Сахар	5								
	Масло сливочное	5								
	Соль	1								
	Кисель		180	1,36	0	29,02	121,52	-	517	
	Кисель концентрат	20								
	Сахар	15								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
2 Ужин	Кефир с сахаром		130	5,08	5,6	7,00	103,25	0,7	35	
	Кисломолочный напиток	125								
	Сахар	5								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО руб.						738,41			52,00 руб.