

	Наименование блюда	Масса брутто	Выход д блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ Рецептуры	Сумма (руб.)
				Б	Ж	У				
Завтрак	Каша манная молочная		160	5,86	9,95	26,8	221,38	0,9	34	
	Крупа манная	15								
	Молоко	160								
	Сахар	9								
	Масло сливочное	4								
	Соль	0,5								
	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		30/8	2,34	6,04	14,86	123,16	-	1	
	Хлеб пшеничный	30								
	Масло сливочное	8								
2 Завтрак	Апельсин	140	100	0,60	0,14	15,00	66	40,00	368	
Обед	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								
	Гороховое пюре		160	38,98	6,29	79,24	529,43	0	427	
	Горох	60								
	Масло сливочное	10								
	Соль	1								
	Биточек из мяса кур		80	8,85	6,64	4,53	118,11	0,56	111	
	Куриная грудка	80								
	Яйцо	1 шт								
	Лук	10								
	Морковь	5								
	Хлеб пшеничный	5								
	Масло растительное	4								
	Соль	1								
	Компот из изюма		180	0,48	0	23,8	90	0,4	241	

	Изюм	20	15							
	Сахар-песок	15	12							
	Хлеб ржаной	30	30	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	130								
	Сахар	10								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО						1566,17			108,86 руб.

Ужин + Второй ужин

Ужин	Запеканка творожно-манная		140	19,6	16,7	43,1	475,3	0,54	117	
	Творог	130								
	Крупа манная	20								
	Масло сливочное	10								
	Сахар	15								
	Яйцо	1/4								
	Соль	1								
	Кисель		200	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		100	5,08	5,6	7,00	103,25	0,7	35	
	Кисломолочный напиток	100								
	Сахар	5								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО руб.						840,71			52,00 руб.