

	Наименование блюда	Масса брутто	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ Рецептуры	Сумма (руб.)
				Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром		160	4,5	6,4	21,9	263	-	186	
	Крупа гречневая	50								
	Масло сливочное	5								
	Сахар	5								
	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	Апельсин	100	100	0,60	0,14	15,00	66	40,00	368	
Обед	Огурец соленый порционно		20	0,57	0,11	2,42	12,08	15	б/н	
	Суп рыбный из консервов «Сайра»		200	9,67	5,49	12,77	142,58	7,29	168	
	Картофель	50								
	Консервы рыбные	20								
	Лук	10								
	Морковь	15								
	Крупа пшенная	15								
	Масло растительное	5								
	Соль	1								
	Картофель тушеный с печенью		160	15,69	14,23	16,51	266,14	7,49	100	
	Картофель	160								
	с 01.09 по 31.10	140								
	с 01.11 по 31.12	150								
	с 01.01 по 28-29.02	160								
	с 01.03 по 31.08	180								
	Печень говяжья	88								
	Масло сливочное несоленое	5								
	Лук репчатый	9								
	Морковь	29								

	до 01.01	28								
	с 01.01	30								
	Паста томатная	5								
	Соль	1								
	Компот из сухофруктов		180	0,31	0,001	24,37	96,76	0,28	40	
	Сухофрукты	15								
	Сахар	15								
	Витамин «С»	0,05								
	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	15,84	78,24		б/н	
Полдник	Сок		100	1	0,2	20,2	92	4	532	
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20								
	ИТОГО						1252,93			110,00 руб.

Ужин + Второй ужин

Ужин	Каша «Дружба»		160	5,27	11,31	22,69	215,28	1,33	275	
	Молоко	120								
	Рис	15								
	Пшено	15								
	Сахар	10								
	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		110	5,08	5,6	7,00	103,25	0,7	35	
	Кисломолочный напиток	105								
	Сахар	5								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО руб.						580,69			52,00 руб.