

	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	190								
	Геркулес	15								
	Сахар	9								
	Масло сливочное	4								
	Какао с молоком		180	6,2	6,2	25,34	181,18	2,34	22	
	Какао	2								
	Молоко	180								
	Сахар	15								
	Булка с маслом		30/8	2,34	6,04	14,86	123,16	-	1	
	Хлеб пшеничный	30								
	Масло сливочное	8								
2 Завтрак	Яблоко	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								
	Соус томатный		40	0,32	1,12	2,08	20,07	0,46	465	
	Паста томатная	5								
	Масло сливочное	3								
	Мука пшеничная	5								
	Соль	1								
	Ежики		100	9,88	15,36	11,75	224,71	0	400	
	мясо кур	80								
	Крупа рисовая	20								
	Морковь	15								
	Лук	15								
	Паста томатная	10								
	Масло сливочное	5								
	Мука пшеничная	5								
	Соль	1								
	Огурец соленый	45	40	0,57	0,11	2,42	12,08	15	б/н	

	порционно									
	Компот из изюма		180	0,48	0	23,8	90	0,4	241	
	Изюм	20	15							
	Сахар-песок	15	12							
	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	15,84	78,24		б/н	
Полдник	Ряженка		100	3	6	4,1	84	0,3	530	
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО						1253,94			108,86 руб.

Ужин + Второй ужин

Ужин	Сырники		160	11,2	12,69	40,2	498,3	0,43	130	
	Творог	130								
	Мука	20								
	Сахар	15								
	Яйцо	1/8								
	Масло сливочное	5								
	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	Йогурт		100	5	3,2	8,5	85	0,6	530	
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО руб.						845,46			52,00 руб.