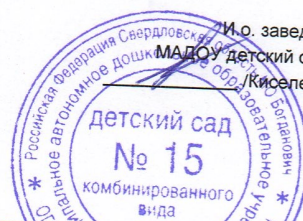


Сад



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2011	7/4	КАША РИСОВАЯ	150	2,54	2,77	28,63	149,48	0,00
2008	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	45	4,05	7,00	46,16	263,94	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,83	28,71	0,07
Итого			375	6,94	9,77	81,62	442,13	0,07
II Завтрак								
2011	23	ЯБЛОКО	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2011	25/2	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СУХАРИМИ	190	4,03	1,84	32,64	163,46	3,71
2011	43/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,08	3,49	24,83	147,13	0,00
2011	14/8	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	70	10,52	11,07	11,78	188,54	0,00
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,08	52,29	19,60
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	40	0,01	1,60	0,40	16,02	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 2	85	3,64	0,49	23,30	112,09	0,00
2011	27/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, КУКУРУЗЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	1,05	3,44	5,65	57,75	3,00
Итого			725	23,33	21,93	111,68	737,28	26,31
Полдник								
2011	4/6	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	5,97	5,48	8,41	106,88	4,12
2001	271	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	0,25	5,76	6,04	76,97	0,05
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,24	29,52	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,89	0,39	44,72	197,98	0,00
Итого			357	10,27	11,63	66,41	411,35	4,17
Всего				40,93	43,72	269,22	1 636,35	34,55