

(Если)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
20/4/5	Бутерброд с маслом сливочным, сыром <i>батон ржаной, сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-147, Бел-4, Жир-7, Угл-165
150	Каша гречневая молочная жидкая <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа гречневая ядрица, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-128, Бел-4, Жир-5, Угл-17
150	Кофейный напиток с молоком <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Ккал-67, Бел-2, Жир-2, Угл-10
Итого за Завтрак		Ккал-342, Бел-10, Жир-14, Угл-192
<u>Завтрак 2</u>		
100	лимонный напиток <i>сахар-песок, лимоны.</i>	Ккал-26, Бел-1, Жир-3, Угл-7
Итого за Завтрак 2		Ккал-26, Бел-1, Жир-3, Угл-7
<u>Обед</u>		
180	Суп с макаронными изделиями <i>картофель., лук репчатый., морковь св., макаронные изделия (вермишель), соль йодированная, масло сладко-сливочное 72,5%, зелень(укроп, петрушка)</i>	Ккал-83, Бел-4, Жир-5, Угл-16
70	Котлета рубленая из говядины <i>мясо говядины а б/к охл., молоко питьевое пастериз. 2,5%, хлеб белый пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное раф.</i>	Ккал-191, Бел-11, Жир-11, Угл-11
120	Капуста тушеная <i>капуста белокачанная, лук репчатый., морковь св., томат-паста, масло подсолнечное раф., сахар-песок, мука пшеничная в/с</i>	Ккал-89, Бел-2, Жир-4, Угл-10
15	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
30	Хлеб ржано-пшеничный	Ккал-68, Бел-2, Угл-14
150	компот из яблок <i>яблоки, сахар-песок</i>	Ккал-74, Бел-2, Жир-4, Угл-18
Итого за Обед		Ккал-541, Бел-22, Жир-24, Угл-76
<u>Полдник</u>		
150/7	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Ккал-26, Угл-6
150	Каша пшеничная молочная жидкая <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа пшеничная, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-137, Бел-4, Жир-5, Угл-19
21	Печенье сахарное в ассортименте	Ккал-97, Бел-2, Жир-4, Угл-14
Итого за Полдник		Ккал-260, Бел-6, Жир-9, Угл-39
Итого за день		Ккал-1169, Бел-39, Жир-50, Угл-314

Заведующий _____

Кладовщик _____

Шеф-повар _____

Павлова Н.М.

Среднесуточный 119,49