

Утверждаю
Заведующий С.А.Хилинская
День. 7

18.03.2015

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Вторник День 7 Завтрак	Каша рисовая молочная	200	7	8,2	30,3	215	131
	Масло сливочное порционное	5	0,04	3,62	0,08	33	6
	Хлеб пшеничный	30	2,45	0,85	16,74	85,77	701
	Какао с молоком	180	3,78	3,25	15,55	106,79	397
	Итого	415	13,27	15,92	62,67	440,56	
Второй завтрак	Витаминизированный напиток «Витошка»	50	0	0	8,64	33	
Обед	Салат из квашенной капусты	60	1,9	2,7	4,2	45	4
	Суп картофельный с клецками	200	1,7	2,3	11,5	74	41
	Азу	40/39	7,63	10,39	2,42	145,16	63
	Картофель отварной с маслом	150/147,1	3,45	2,92	15	101	701
	Хлеб пшеничный	20	1,48	0,64	12,55	64,32	701
	Хлеб ржаной	50	1,8	0,3	13,29	56,7	700
Уплотненный полдник	Кисель из плодового концентрата	200	0,56	0,06	30,2	123,6	213
	Итого	720	18,25	19,31	89,16	609,78	
	Запеканка из творога	150	18	16,72	43,57	362	155
	Соус сметанный	30	0,42	2,5	1,7	22,23	354
	Чай с сахаром	200	0,12	0,018	13,6	52	194
Итого за день	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	701
	Итого	410	20,03	19,90	71,42	500,55	
		1395	51,55	55,13	231,894	1583,89	