

Прием пищи, наименование блюда

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность,	Витамины С, мг	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г				
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	0	7
КАША ВЯЗКАЯ (геркулесовая) №168	200	6,5	8,0	28,8	214,4	0,5	168
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,6	112,1	0,6	397
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0	
Итого за прием пищи:	440	14,9	15,1	60,8	440,4	1,1	

Обед

ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (свекольная) №54	50	1,2	2,9	6,7	58,5	3,3	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №81	200	4,6	4,4	15,2	117,8	3,7	81
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298	100	8,8	8,3	6,9	137,5	11,1	298
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	120	6,8	4,1	30,9	188,4	0	165
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0	0	15,5	61,9	0	376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	0	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122,4	0	
Итого за прием пищи:	790	29,9	20,6	129,8	824,3	18,1	

Полдник

СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	200	1	0,2	19,6	83,4	1,6	399
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	0	
Итого за прием пищи:	250	4,8	5,1	56,8	291,9	1,6	

Ужин

КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	100	2,9	4,0	11,8	96,7	1,5	410
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ №469	100	7,3	12,7	60,8	387,1	0	469
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0	9,8	39,4	0	392
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,7	52,8	0,1	351
Итого за прием пищи:	450	11,2	19,1	89,1	576,0	1,6	
Всего за день:		60,8	59,9	336,5	2132,6	22,4	



Директор М.В.Варшавский



2 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Завтрак									
Сыр порция №97	20	4,5	5,7	0	70,6	0	97	2004	
Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом №302	200	8,0	8,8	40,5	274,3	0,5	302	2004	
Какао с молоком №693	200	3,8	3,0	24,5	141,1	0,5	693	2004	
Батон	40	3,1	1,2	20	103,6	0			
Итого за прием пищи:	460	19,4	18,7	85,0	589,6	1,0			
Обед									
Икра свекольная №78	70	1,9	5,5	9,9	97,7	6,1	78	2004	
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	200	4,6	3,7	15,1	111,2	3,7	139	2004	
Голубцы ленивые №486	100	7,0	13,2	8,0	186,1	10,1	486	2004	
Каша гречневая рассыпчатая №508	150	8,4	6,2	38,2	242,4	0	508	2004	
Компот из смеси сухофруктов №639	200	0	0	19,4	77,4	0	639	2004	
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	0			
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0			
Итого за прием пищи:	820	28,8	29,3	135,5	928,5	19,9			
Полдник									
Сок фруктовый (ананасовый) №707	200	1	0	14,2	60,1	137,6	707	2004	
Печенье	50	3,7	4,8	36,1	202,2	0			
Итого за прием пищи:	250	4,7	4,8	50,3	262,3	137,6			
Всего за день:		52,9	52,8	270,8	1780,4	158,5			

Зав. производством _____

2 день

Директор *С.С. Мухоморов*



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Завтрак									
Сыр порция №97	20	4,5	5,7	0	70,6	0	97	2004	
Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом №302	250	10,0	11,0	50,7	342,5	0,6	302	2004	
Какао с молоком №693	200	3,8	3,0	24,5	141,1	0,5	693	2004	
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	0			
Итого за прием пищи:	520	22,2	21,2	100,3	683,7	1,1			
Обед									
Икра свекольная №78	70	1,9	5,5	9,9	97,7	6,1	78	2004	
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	250	5,7	4,5	18,8	139,0	4,6	139	2004	
Голубцы ленивые №486	100	7,0	13,2	8,0	186,1	10,1	486	2004	
Каша гречневая рассыпчатая №508	180	10,1	7,5	45,9	291,0	0	508	2004	
Компот из смеси сухофруктов №639	200	0	0	19,4	77,4	0	639	2004	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	0			
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34	160,8	0			
Итого за прием пищи:	940	34,3	31,7	164,8	1090,5	20,8			
Полдник									
Сок фруктовый (ананасовый) №707	200	1	0	14,2	60,1	137,6	707	2004	
Печенье	50	3,7	4,8	36,1	202,2	0			
Итого за прием пищи:	250	4,7	4,8	50,3	262,3	137,6			
Всего за день:		61,2	57,7	315,4	2036,5	159,5			

Зав. производством _____