

День: пятница
Неделя: вторая

Утверждаю
Директор

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав				Витамины (МГ)				Минеральные вещества (МГ)				Цена, р	
				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																	
Суп молочный с крупой			250	6,03	6,45	20,65	164,75	0,08	1,6	0,06	0,08	194,5	171,5	22,75	0,33	16,87	
№164	молоко питьевое	175	175														
2013г.	крупя рисовая	15	15														
	масло сливочное	2,5	2,5														
	сахар	2	2														
	вода	75	75														
Чай с сахаром			200	1,5	1,3	15,9	81	0,04	1,3	0,01		127	93	15	0,4	0,99	
№494	чай	0,2	0,2														
2013г.	вода	200	200														
	сахар	15	15														
Масло сливочное (порциями) №105 2013г.			15	0,1	16,5	0,16	150	0	0	0,12	0,2	2,4	3,8	0	0,04	12,60	
	масло сливочное	15	15														
Хлеб пшеничный обогащенный №108 2013г.			40	4,56	0,48	29,52	96	0,06			0,66	12	39	8,4	0,66	2,60	
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			30	3,96	0,72	20,4	54	0,11				21	94,8	28,2	2,34	1,49	
ИТОГО					16,15	25,45	86,63	545,75	0,29	2,9	0,19	0,94	356,9	402,1	74,35	3,77	34,55
ОБЕД																	
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной			250/20/10	1,8	5	10,65	172	0,05	10,3			2,4	34,5	53	26,25	1,2	32,56
№128	мясо к/к	38	32														
2013г.	свекла	50	40														
	капуста свежая	25	20														
	картофель	27	20														
	морковь	15,6	12,5														
	лук репчатый	12	10														
	масло растительное	5	5														
	вода	200	200														
	сахар	2,5	2,5														
	томатная паста	7,5	7,5														
	сметана	10	10														
Кукуруза консервированная 1996г.			50	0,72	2,13	3,12	58	2,37	0,01	0	1,14	13,2	17,4	9	0,51	14,58	
	кукуруза конс. (после термич. обраб	83	50														
Бефстроганов			150	22,7	20,7	3,6	291	0,07	1	0,01	0,7	40	237	29	3,3	87,13	
№366	мясо говяд. к/к		121														
2013г.	морковь	3,75	3														
	лук репчатый	3,6	3														
	морковь	10	8														
	соус сметанный: мука пшенич.	2	2	75													
№442	масло сливочное	2	2														
2013г.	вода питьевая	41,25	41,25														
	сметана	37,5	37,5														
Макаронные изделия отварные			150	5,67	0,68	29,04	108	0,06	0,02		0,78	5,7	35,7	8,1	0,78	8,61	
№291	макаронные изделия	51	51														
2013г.	масло сливочное	6,07	6,07														
Компот из изюма с витамином С			200	0,3		20,1	81		0,8			10	6	3	0,6	6,59	
№512	изюм	20	20														
2013г.	сахар	15	15														
	вода	202	202														
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			50	3,96	0,72	20,4	108	0,11				21	94,8	28,2	2,34	2,48	
Хлеб пшеничный обогащенный № 108 2013г.			48	4,56	0,48	29,52	141	0,06			0,66	12	39	8,4	0,66	3,10	
ИТОГО					39,71	29,71	116,43	959,00	2,72	12,1	0,01	5,68	136,4	482,9	112	9,39	155,05
ИТОГ ЗА 10 ДЕНЬ					55,86	55,16	203,06	1504,75	3,01	15	0,2	6,62	493,3	885	186,3	13,16	189,60

Повар-бригадир