

День: понедельник
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 макаронными изделиями			250	7,13	6,58	23,73	182,5	0,045	1,15	0,05	0,33	205,5	171	26,25	0,45	16,14	
№165	молоко питьевое	175	175														
2013г.	вода	75	75														
	макаронные изделия	20	20														
	масло сливочное	2,5	2,5														
	сахар	2	2														
Чай с лимоном			200/7	0,1		15,2	61		2,8			14,2	4	2	0,4	2,71	
№494	чай	0,2	0,2														
2013г.	вода	150	150														
	сахар	15	15														
	лимон	8	7														
Бутерброд горячий с сыром и колбасой			80	8,2	9,5	18	91	0	0	32	0,7	72	107	13	1,2	36,61	
№11	хлеб пшенич. обогащ.	35	35														
2004г.	масло сливочное	5	5														
	колбаса вар. в/с	26	25														
	сыр твёрдый	16	15														
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			35	3,96	0,72	20,4	54	0,108				21	94,8	28,2	2,34	1,72	
Хлеб пшеничный обогащённый №108 2013г.			30	3,42	3,06	22,14	78	0,05			0,5	9	29,25	6,3	0,5	1,95	
ИТОГО					22,81	19,86	99,47	466,5	0,2	3,95	32,1	1,53	321,7	406,1	75,75	4,89	59,13
ОБЕД																	
Рассольник домашний с мясом и сметаной			250/20/10	2,075	5,2	12,8	201,45	0,095	12,5		2,375	26,25	64,75	27,75	1,025	35,09	
№132	мясо к/к	38	32														
2013г.	капуста свежая	25	20														
	картофель	100	75														
	морковь	12,5	10														
	лук репчатый	12	10														
	огурцы консервированн	16,75	15														
	масло растительное	6	6														
	вода	175	175														
	сметана	10	10														
Рыба запечённая, с маслом сливочным			100/5	30,4	23	11,4	374	0,17				95,84	94,94	2,82	0,78	63,83	
ТТК	горбуша с/м	180	124														
	масло растительное	7,5	7,5														
	мука пшеничная	8,8	8,8														
	масло сливочное	5	5														
Картофельное пюре			150	3,15	6,6	16,35	138	0,14	5,1	0,05	0,15	39	85,5	28,5	1,05	13,69	
№429	картофель	170	126														
2013г.	молоко питьевое	24	22,5														
	масло сливочное	6,75	6,75														
Компот из кураги с витамином С			200	0,3		20,1	81		0,8			10	6	3	0,6	5,22	
№512	курага	20	20														
2013г.	сахар	15	15														
	вода	202	202														
	витамин С																
Вафли			2 шт.	1,12	1,32	30,92	140	0,01	0	0	0,28	6,4	14,4	4	0,6	8,74	
Хлеб пшеничный обогащённый №108 2013г.			60	3,42	3,06	22,14	104	0,05			0,5	9	29,25	6,3	0,5	3,90	
ИТОГО					40,465	39,18	113,71	1038,45	0,47	18,4	0,05	3,31	186,5	294,8	72,37	4,555	130,47
ИТОГ ЗА 6 ДЕНЬ					63,275	59,04	213,18	1504,95	0,67	22,4	32,1	4,84	508,2	700,9	148,1	9,445	189,60