

День: вторник
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																
Каша молочная пшеничная, с маслом сливочным			200/10	7,4	7,48	36,5	280,4	0,144	1,34	0,06	0,8	136,2	201,8	38,8	1,92	17,74
№264	крупа пшеничная	40	40													
2013г.	молоко питьевое	100	100													
	вода	68	68													
	сахар	5	5													
	масло сливочное	10	10													
Кофейный напиток с молоком			200	1,5	1,3	15,9	81	0,04	1,3	0,01		127	93	15	0,4	11,52
№501	кофейный напиток	3	3													
2013г.	молоко питьевое	130	130													
	сахар	10	10													
	вода	90	90													
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	1,85	2,6	20,1	67									23,40
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			40	3,96	0,72	20,4	108,6	0,108				21	94,8	28,2	2,34	1,99
Хлеб пшеничный обогащённый №108 2013г.			40	3,42	3,06	22,14	94	0,05			0,5	9	29,25	6,3	0,5	2,60
ИТОГО				18,13	15,16	115,04	631	0,34	2,64	0,07	1,3	293,2	418,85	88,3	5,16	57,25
ОБЕД																
Суп картофельный с горохом и мясом			250/20	2,3	4,25	15,13	197,3	0,2	8,7	0,04	0,2	19	65,75	25,5	0,9	33,08
№144	мясо говяд. к/к	38	32													
2013г.	картофель	83	62,5													
	горох	20,2	20													
	лук репчатый	12	10													
	морковь	12,5	10													
	масло сливочное	5	5													
	вода	162,5	162,5													
Плов			70/200	20,41	20,09	53,14	475	0,08	0,43	0,06	0,9	24,84	245,16	57,24	3,02	89,41
№370	мясо к/к		113													
2013г.	морковь	31	25													
	масло сливочное	10	10													
	лук репчатый	12	10													
	крупа рисовая	68	68													
Напиток из шиповника с витамином С			200	0,7	0,3	22,8	97	0,01	70			12	3	3	1,5	5,79
№519	шиповник	20	20													
2013г.	сахар	15	15													
	вода	230	230													
	витамин С															
Хлеб пшеничный обогащённый №108 2013г.			63	4,56	0,48	29,52	166	0,06			0,66	12	39	8,4	0,66	4,07
ИТОГО				27,97	25,12	120,59	935,3	0,35	79,1	0,1	1,76	67,84	352,91	94,14	6,08	132,35
ИТОГ ЗА 7 ДЕНЬ				46,1	40,28	235,63	1566,3	0,69	81,8	0,17	3,06	361,04	771,76	182,44	11,24	189,60

Повар-бригадир _____