

День: четверг
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 манная, с маслом сливочным			200/5	6,2	7,46	30,86	252,8	0,08	1,38	0,05	0,52	132,8	121,2	20,2	0,44	14,02
№262	крупа манная	30	30													
2013г.	молоко питьевое	106	106													
	вода	70	70													
	сахар	5	5													
	масло сливочное	5	5													
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.	сахар	15	15													
	вода	200	200													
	лимон	8	7													
Сыр твёрдый (порциями) №100 2013г.			20	5,12	5,22	0	69	0,01	0,14	0,05	0,1	180	118	10	0,18	17,19
	сыр твёрдый	22	20													
Йогуртный продукт в инд. упаковке			95	10	6,4	17	118									23,40
Хлеб пшеничный обогащённый №108 2013г.			60	3,42	3,06	22,14	105,75	0,05			0,5	9	29,25	6,3	0,5	3,90
ИТОГО				24,84	22,14	85,2	606,55	0,14	4,18	0,05	1,12	336	272,45	38,5	1,52	61,22
ОБЕД																
Суп крестьянский с крупой, мясными фрикадельками и сметаной			250/25/5	7,16	8,7	14,75	240	0,063	10,08	0,005	2,555	29,68	68,78	24,38	1,43	20,41
№154	капуста	37,5	30													
2013г.	картофель	33	25													
	крупа перловая	10	10													
	морковь	12,5	10													
	лук репчатый	12	10													
	масло растительное	5	5													
	вода	212,5	212,5													
	сметана	5	5													
фрикадельки																
№169	мясо к/к или фарш пром.пр-ва		28,5													
2013г.	лук репчатый	3	2,5													
	яичный порошок	0,56	0,56													
	вода	2,5	2,5													
Жаркое по-домашнему			70/150	21,27	18,98	13,58	291	0,13	6,22	0,03	0,65	28,64	217,64	45,82	2,78	82,16
№369	мясо к/к		111													
2013г.	картофель	152	114													
	лук репчатый	17,8	15													
	масло сливочное	7	7													
	томатная паста	7	7													
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													
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке			200				52									14,00
Хлеб пшеничный обогащённый №108 2013г.			50	3,42	3,06	22,14	116	0,05			0,5	9	29,25	6,3	0,5	3,25
Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.			56	3,96	0,72	20,4	108	0,108				21	94,8	28,2	2,34	2,77
ИТОГО				36,51	31,76	93,67	904	0,36	86,3	0,04	3,71	100,32	413,47	107,7	8,55	128,38
ИТОГ ЗА 9 ДЕНЬ				61,35	53,9	178,87	1510,55	0,5	90,5	0,09	4,83	436,32	685,92	146,2	10,07	189,60

Повар-бригадир