

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	100	3,03	4,47	15,50	114,48	0,37
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,10	2,22	7,44	57,47	0,35
Итого			275	6,78	11,02	32,81	256,90	0,72
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	49	0,17	0,17	4,21	19,34	4,30
Итого			49	0,17	0,17	4,21	19,34	4,30
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,64	2,09	3,50	35,29	2,07
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	1,53	3,02	11,21	78,10	4,91
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	5,87	8,08	3,14	108,96	0,91
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	80	1,54	1,63	12,46	70,83	6,30
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,06	0,22	13,80	66,80	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,35	13,68	72,40	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,47	0,19	15,37	74,03	56,92
Итого			543	14,75	15,58	73,16	506,41	71,11
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	121	3,28	2,93	5,28	66,20	0,82
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,98	7,51	35,04	226,93	0,21
Итого			181	8,26	10,44	40,32	293,13	1,03
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	60	9,52	4,11	9,12	130,38	0,10
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	27	0,81	2,80	3,66	43,06	0,07
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,06	0,22	13,80	66,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,73	1,79	6,27	47,45	0,32
Итого			257	14,12	8,92	32,85	287,69	0,49
Всего				44,08	46,13	183,35	1 363,47	77,65

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Итого 179 руб.