

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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	123	4,06	5,59	15,25	128,09	0,45
2008	1	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	183	2,23	2,26	10,06	68,63	0,38
Итого			331	7,94	12,20	35,18	281,82	0,83
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	41	0,14	0,14	3,55	16,30	3,62
Итого			41	0,14	0,14	3,55	16,30	3,62
Обед								
2007	20	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ	20	0,51	2,94	1,87	35,92	0,68
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	1,98	1,65	9,62	61,58	8,00
2012	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	51	8,88	9,15	7,11	146,73	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,39	4,33	17,85	123,51	8,08
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	2,00	0,21	13,39	64,84	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,35	13,68	72,40	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0,41	0,09	15,91	66,77	0,00
Итого			620	19,81	18,72	79,43	571,75	16,76
Полдник								
2008	435	КЕФИР	121	3,41	2,94	4,70	62,30	0,82
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	31	2,38	3,11	23,63	132,46	0,00
Итого			152	5,79	6,05	28,33	194,76	0,82
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО- РИСОВАЯ	88	9,93	9,97	14,78	206,84	0,26
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	28	0,88	2,69	5,37	48,92	0,10
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,06	0,22	13,80	66,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	5,70	23,33	0,03
Итого			336	13,01	12,88	39,65	345,89	0,39
Всего				46,69	49,99	186,14	1 410,52	22,42

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 210 руб.