

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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	167	4,94	5,79	21,58	156,98	0,49
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	181	3,20	3,38	9,94	82,03	0,54
Итого			373	9,79	13,50	41,39	323,96	1,03
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	47	0,16	0,16	3,98	18,25	1,67
Итого			47	0,16	0,16	3,98	18,25	1,67
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	43	0,37	5,09	1,21	52,55	6,87
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,34	4,33	7,37	73,90	7,46
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	40	4,87	4,50	3,04	72,16	0,60
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,78	4,43	27,14	163,68	0,00
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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	7,20	28,79	0,00
Итого			613	15,06	18,92	73,44	530,28	14,93
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	117	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	21	ПЛЮШКА	60	5,08	7,75	32,44	219,12	0,15
Итого			177	5,08	7,75	32,44	219,12	0,15
Ужин								
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	94	6,92	6,66	8,25	124,29	3,27
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,06	0,22	13,80	66,80	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,14	0,00	8,07	33,57	0,72
Итого			264	9,12	6,88	30,12	224,66	3,99
Всего				39,21	47,21	181,37	1 316,27	21,77

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 210 руб.