

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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	117	3,75	5,15	15,27	122,38	0,41
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	175	2,50	2,63	8,55	67,22	0,41
Итого			317	7,90	12,11	33,69	274,55	0,82
II Завтрак								
2008		БАНАН	70	0,74	0,25	9,49	43,97	4,94
Итого			70	0,74	0,25	9,49	43,97	4,94
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	23	0,18	0,02	0,55	3,10	2,22
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,91	1,80	18,48	102,02	6,45
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ	20	3,69	3,11	0,44	44,52	0,18
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ	188	3,49	8,21	16,51	154,58	24,34
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	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЛИМОНА	150	0,12	0,11	9,77	40,69	1,18
Итого			591	15,09	13,82	73,23	484,11	34,37
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	117	3,20	2,86	5,16	64,65	0,80
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,38	7,03	26,61	187,03	0,14
Итого			167	7,58	9,89	31,77	251,68	0,94
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	68	9,07	5,45	11,68	148,96	0,14
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	35	1,06	3,44	3,73	49,74	0,11
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,06	0,22	13,80	66,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,31	2,43	7,17	58,93	0,43
Итого			273	14,50	11,54	36,38	324,43	0,68
Всего				45,81	47,61	184,56	1 378,74	41,75

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 210 руб.