

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	172	4,03	6,39	24,31	171,58	0,46
2008	1	БАТОН	30	2,43	0,30	14,93	72,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	188	2,63	2,75	8,80	69,78	0,43
Итого			396	9,15	14,42	48,10	358,74	0,89
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	47	0,17	0,17	4,08	18,74	4,17
Итого			47	0,17	0,17	4,08	18,74	4,17
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	33	0,65	2,17	3,58	36,33	2,16
2008	114	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	1,67	3,27	12,44	86,01	5,46
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	33	5,85	7,56	3,55	105,76	1,05
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	95	2,49	2,64	20,25	115,12	10,24
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	3,06	0,33	20,51	99,28	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	17,17	90,87	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,60	0,25	17,87	87,67	73,41
Итого			630	17,63	16,66	95,37	621,04	92,32
Полдник								
2008	18	СНЕЖОК	118	3,21	2,86	5,16	64,69	0,80
2008	451	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	65	4,02	7,55	31,63	210,19	0,08
Итого			183	7,23	10,41	36,79	274,88	0,88
Ужин								
1988 г	55	ЛАКОМКА	68	9,85	5,48	16,93	173,68	0,09
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	26	0,86	2,40	4,63	43,33	0,09
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,79	0,19	12,00	58,11	0,00
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,15	2,23	8,40	61,42	0,39
Итого			311	14,65	10,30	41,96	336,54	0,57
Всего				48,83	51,96	226,30	1 609,94	98,83

_____ Модестова О.Б. *Усело 210 руб.*

_____ Руденко О.В.,