

День: вторник
Неделя: третья

№ реп.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества, (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг	№ тех. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У			В1	В2	С	Са	Fe			
	ЗАВТРАК	Крушево-молочный рисовый			200	7,240	9,740	32,070		254,500	0,104	0,053	0,100	0,400	0,009	45	504,25	12,60
		Молоко	200	200		5,000	4,500	17,000		139,000								42,37
		Рис	40	40		2,200	1,240	10,020		61,000	0,100	0,050	0,100					52,00
		Сахар	5	5				5,000		19,000				0,100	0,001			2,08
		Масло сливочное	5	5		0,040	4,000	0,050		35,500	0,004	0,003		0,300	0,008			0,17
		Чай с сахаром			200	0,000	0,000	15,000		56,800	0,040	0,100	0,000	14,600	0,630	16	390,50	0,87
		Заварка	1	1										0,200	0,030			0,36
		Сахар	15	15				15,000		56,800	0,040	0,100		14,400	0,600			0,51
		Булочка с маслом			37	2,340	6,300	15,070		122,200	0,010	0,080	0,000	8,400	0,010	44	458,88	5,95
		Хлеб пшеничный	40	40		2,300	0,900	15,000		72,600	0,010	0,080		8,400	0,010			3,32
		Масло сливочное	7	7		0,040	5,400	0,070		49,600								2,63
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Колбасно-сырный суп			100	0,220	0,000	20,600		85,000	0,100	0,000	0,000	1,300	0,040	37	157,50	1,41
		Сухофрукты	10	10		0,220		5,600		28,000	0,100			1,000				1,24
		Сахар	5	5				15,000		57,000				0,300	0,040			0,17
	ОБЕД	Салат из свеклы			60	0,700	4,980	2,390		57,760	0,023	0,023	26,300	28,000	0,350	94	87,12	2,02
		Свекла	80	80		0,700		2,390		12,830	0,023	0,023	26,300	28,000	0,350			21,12
		Масло растительное	5	5			4,980			44,930								66,00
		Суп картофельно-рыбный с пшеном			250	5,920	4,615	11,370		112,340	0,100	0,074	1,400	8,600	0,730	92	1 205,54	22,49
		Рыба пикша	70	70		4,570	1,370			33,140	0,030	0,050			0,300			250,93
		Картофель	80	80		1,200	0,240	10,400		48,000	0,040	0,020		3,700	0,340			19,97
		Лук	10	10		0,080		0,500		2,300		0,001	0,700	2,400	0,060			24,88
		Морковь	10	10		0,070	0,005	0,470		1,900	0,030	0,003	0,700	2,500	0,030			24,88
		Пшено	20	20						27,000								49,50
		Масло растительное	4	4			3,000											66,00
		Масло сливочное	3	3														375,88
		Лавровый лист	1	1		0,076	0,084	0,487		3,130		0,004	0,465	8,340	0,430			382,50
		Соль	6	6										29,440	0,232			11,00
	Картофель тушеный с говяжьей печенью				200	15,890	7,235	21,820		213,820	0,114	0,047	1,400	17,500	6,778	23	519,61	12,29
		Картофель	200	200		2,400	0,480	20,800		96,000	0,080	0,040		7,400	0,680			19,97
		Печень	80	80		13,300	2,750			78,120				4,900	6,000			74,00
		Лук	10	10		0,080		0,500		2,300		0,001	0,700	2,400	0,060			24,88
		Морковь	10	10		0,070	0,005	0,470		1,900	0,030	0,003	0,700	2,500	0,030			24,88
		Масло сливочное	5	5		0,040	4,000	0,050		35,500	0,004	0,003		0,300	0,008			375,88
		Хлеб ржаной	40	40		2,640	0,480	15,000		78,400	0,070	0,030		14,000	1,500	41	44,80	1,79
		Колбасно-сырный суп			200	0,090	0,010	15,200		66,100	0,000	0,000	5,000	0,300	0,040	6	147,34	1,64
		Лимон	10	10		0,090	0,010	0,500		9,300		0,000	5,000					113,34
		Сахар	15	15				14,900		56,800				0,300	0,040			34,00
	ПОЛДНИК	Пшеница веничая			60	5,360	3,084	35,633		192,590	0,117	0,316	2,200	195,500	0,765	72	555,59	8,88
		Мука	50	50		4,120	0,440	27,600		133,300								23,96
		Молоко	50	50		0,560	0,500	0,940		10,400	0,020	0,020	2,200	186,000	0,300			42,37
		Масло сливочное	5	5		0,010	1,560	0,020		14,000	0,007	0,066		1,700	0,010			375,88
		Сахар	5	5				6,980		26,500				0,100	0,015			34,00
		Дрожжи	1	1		0,130	0,004	0,083		8,830	0,050	0,020		4,400	0,220			72,50
		Яйцо	0,5	0,5		0,540	0,580	0,010		7,560	0,040	0,030		3,300	0,220			6,88
	Итого:		200	200		9,000	2,700	6,300		92,000	0,300			223,000	0,100	86	45,10	9,02
	ИТОГО:					49,400	39,144	190,453		1 331,510	0,678	4,023	36,400	511,600	10,952		4 116,23	78,96

№ рец.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		№ техн. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У			B1	B2	C	Ca	Fe			
	УЖИН	Вермишель отварная с маслом с сахаром			200	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	48	449,88	3,65
		Вермишель	40	40													40,00	1,60
		Масло сливочное	5	5													375,88	1,88
		Сахар	5	5													34,00	0,17
		Чай с молоком			200	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	5	432,87	5,10
		Заварка	1	1													356,50	0,36
		Сахар	15	15													34,00	0,51
		Молоко	100	100													42,37	4,24
		Хлеб пшеничный	30	30												42	83,00	2,49
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		965,75	11,24