

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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,50	5,34	12,90	122,61	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергии)	200	1,80	0,36	20,46	92,24	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,07	0,00	9,82	39,51	0,01
Итого			420	14,90	18,14	53,30	408,61	1,41
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	131	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			131	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,63	3,07	3,72	45,00	1,74
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергии)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,56	5,29	11,81	117,47	6,04
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20,03	21,15	26,26	375,57	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,94	1,88	2,82	35,06	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (аллергии)	30	1,66	0,25	10,54	50,80	0,00
Итого			741	31,10	32,34	75,11	792,10	19,98
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	54	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергии)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	160	7,90	8,42	30,71	230,32	0,14
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	7,08	4,76	30,14	191,96	0,03
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (аллергии)	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
Итого			472	15,70	13,28	71,27	470,28	6,27
Всего				62,30	64,26	215,18	1 741,49	30,66