

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	30	3,60	3,25	10,28	85,32	0,06
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	3,00	0,29	25,38	115,09	0,00
	TK№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	13,32	54,01	0,04
Итого			415	12,80	14,05	50,88	365,32	1,06
II Завтрак								
2008	442	СОК	173	0,87	0,17	17,48	79,62	3,46
Итого			173	0,87	0,17	17,48	79,62	3,46
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,36	5,43	12,33	118,20	6,46
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	75	15,28	8,87	2,69	169,06	11,74
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,53	6,89	13,91	134,16	9,90
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,68	0,04	28,01	115,59	0,21
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			721	27,15	22,22	83,84	671,11	30,31
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,64	11,21	16,94	244,47	0,18
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,92	2,35	6,63	39,78	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	6,30	4,20	10,29	103,85	1,16
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК. (аллергики)	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
к/к	к/к	Вода питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	TK № 052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	83	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	90	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,50	7,74	36,17	232,17	0,00
Итого			503	30,16	25,70	77,53	658,27	16,64
Всего				70,98	62,14	229,73	1 774,32	51,47