

День 1		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС				
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	8,54	13,24	32,65	283,90
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 40/20	40/20	7,90	5,20	19,48	156,32
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ НАТ.	200	3,14	3,20	19,11	117,78
Итого:			19,58	21,64	71,24	558,00
2-Й ЗАВТРАК						
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200	0,00	0,00	20,60	82,40
Итого:			0,00	0,00	20,60	82,40
ОБЕД						
22/2013	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 60	60	0,60	6,10	2,07	65,63
128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (250)	250/10	2,00	6,68	12,76	119,11
381/2013	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ (90)	90	15,88	14,12	8,63	225,17
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (150)	150	5,61	7,41	35,96	232,92
509/2013	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	25,07	103,20
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	1,38	1,00	9,52	52,60
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	30	2,34	0,42	11,19	57,90
Итого:			28,07	35,94	105,20	856,53
ПОЛДНИК						
555/2013	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (100)	100	7,31	12,35	61,39	385,97
	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	5,60	5,00	25,46	169,24
Итого:			12,91	17,35	86,85	555,21
УЖИН						
9/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,91	10,17	7,15	123,79
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	20,96	2,03	52,71	312,92
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, 150Г	150	3,31	4,91	22,06	145,62
493/2013	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	15,04	60,16
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	1,38	1,00	9,52	52,60
Итого:			26,56	18,11	106,48	695,09
Всего за день:			87,12	93,04	390,37	2747,23

