

День 6		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС				
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС С МАСЛОМ, 200/10	200/10	8,54	13,24	32,65	283,90
574/2013	БУТЕРБРОД НА БУЛОЧКЕ С СЫРОМ И ОГУРЦОМ (15/10/50)	75	8,16	7,11	31,17	221,28
495/2013	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР	200	1,45	1,60	17,39	89,76
Итого:			18,15	21,95	81,21	594,94
2-Й ЗАВТРАК						
	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК, 200МЛ	200	0,00	0,00	22,00	88,00
Итого:			0,00	0,00	22,00	88,00
ОБЕД						
22/2013	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 60	60	0,60	6,10	2,07	65,63
149/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ РЫБНЫМИ 250	250	6,36	3,29	18,70	129,87
379/2013	КНЕЛИ ИЗ КУР 90	90	15,42	17,45	6,13	243,28
513/2013	КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК	200	0,24	0,18	24,07	98,85
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
	ОВОЩИ ОТВАРНЫЙ ЕВРО-ГАРНИР, 150Г	150	4,86	11,33	10,41	163,00
Итого:			31,20	39,77	82,09	811,13
ПОЛДНИК						
516/2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
579/2013	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 100	100	7,15	11,30	68,35	403,60
Итого:			12,95	16,30	76,35	503,80
УЖИН						
175/2013	ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 30	30/1	0,94	0,78	1,96	18,68
381/2013	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ (90)	90	15,88	14,12	8,63	225,17
414/2013	РИС ОТВАРНОЙ (150)	150	3,90	5,06	44,64	239,69
512/2013	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	200	2,89	0,17	43,28	186,14
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	1,38	1,00	9,52	52,60
Итого:			24,99	21,13	108,03	722,28
Всего за день:						
			87,29	99,15	369,68	2720,15

