

День 7		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС				
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	6,17	10,55	41,92	287,31
576/2013	ВАТРУШКА «ЛАКОМКА» 100	100	14,27	23,44	34,34	405,39
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ НАТ.	200	3,14	3,20	19,11	117,78
Итого:			23,58	37,19	95,37	810,48
2-Й ЗАВТРАК						
	ЯБЛОКИ ПОРЦИОННО, 200Г	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:			0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД						
4/2013	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,64	10,08	9,63	135,84
376/2013	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ	100	12,45	13,61	19,74	251,22
237/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (150)	150	11,11	6,69	47,01	292,68
520/2013	НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,12	0,54	15,54	67,50
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	1,38	1,00	9,52	52,60
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ, 250/10Г	250/10	4,31	11,01	25,53	218,49
Итого:			31,01	42,93	126,97	1018,33
ПОЛДНИК						
	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	8,00	3,00	28,60	173,40
553/2013	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (120)	120	8,99	8,08	55,37	330,17
Итого:			16,99	11,08	83,97	503,57
УЖИН						
17/2013	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60	60	0,38	6,05	1,04	60,12
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	20,96	2,03	52,71	312,92
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ - 150	150	3,24	6,14	21,69	154,97
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,67	0,03	32,97	134,82
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	1,38	1,00	9,52	52,60
Итого:			26,63	15,25	117,93	715,43
Всего за день:			98,21	106,45	424,24	3047,81

