

День 8		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС				
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ, 150Г	150	25,35	15,15	4,01	253,71
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ, 20Г	20	10,80	1,70	0,20	59,30
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 40/20	40/20	7,90	5,20	19,48	156,32
495/2013	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР	200	1,45	1,60	17,39	89,76
Итого:			45,50	23,65	41,08	559,09
2-Й ЗАВТРАК						
	СОК БАНАН-КЛУБНИКА, 200МЛ	200	0,00	0,00	19,00	76,00
Итого:			0,00	0,00	19,00	76,00
ОБЕД						
55/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 60	60	1,78	7,07	4,44	88,47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, 250Г	250	8,18	10,63	11,35	173,72
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 90	90	8,06	8,54	6,69	135,85
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
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	30	2,34	0,42	11,19	57,90
Итого:			28,53	32,89	131,11	934,37
ПОЛДНИК						
516/2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
548/2013	СОСИСКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ТЕСТЕ (50)	50/50	9,75	13,29	29,86	278,07
Итого:			15,55	18,29	37,86	378,27
УЖИН						
16/2013	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ	100	2,14	7,43	2,94	87,12
405/2013	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ 90/30 (ФИЛЕ)	90/30	23,33	32,78	3,90	403,88
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (150)	150	5,68	5,56	36,05	216,92
519/2013	НАПИТОК ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,20	0,04	16,43	66,88
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	1,38	1,00	9,52	52,60
Итого:			32,73	46,81	68,84	827,40
Всего за день:			122,31	121,64	297,89	2775,13

