День 10						Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
	ЗАВТРАК					
	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ, 200/10Г	**200/10**	*9,31*	*13,33*	*43,35*	*330,59*
	БУТЕРБРОД НА БАТОНЕ С МАСЛОМ, 40/10Г	**40/10**	*3,14*	*7,57*	*19,62*	*159,17*
501/2013	**КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ НАТ.**	**200**	*3,14*	*3,20*	*19,11*	*117,78*
		Итого:	***15,59***	***24,10***	***82,08***	***607,54***
	2-Й ЗАВТРАК					
	ГРУША СВЕЖАЯ ПОРЦИОННО, 200Г	**200**	*0,80*	*0,60*	*20,60*	*91,00*
		Итого:	***0,80***	***0,60***	***20,60***	***91,00***
	ОБЕД					
9/2013	**САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК**	**100**	*0,91*	*10,17*	*7,15*	*123,79*
128/2013	**БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ**	**250/10**	*9,07*	*12,75*	*13,08*	*203,35*
525/2013	**ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ**	**200/5**	*22,35*	*18,13*	*41,60*	*418,92*
505/2013	**КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД**	**200**	*0,25*	*0,05*	*21,50*	*87,41*
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:	***36,30***	***42,52***	***104,04***	***943,97***
	ПОЛДНИК					
570/2013	**СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ, 100Г**		*8,60*	*7,21*	*59,88*	*338,81*
516/2013	**КЕФИР**	**200**	*5,80*	*5,00*	*8,00*	*100,20*
		Итого:	***14,40***	***12,21***	***67,88***	***439,01***
	УЖИН					
5/2013	**САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОР. И ОГУРЦАМИ**	**100**	*2,24*	*11,02*	*3,45*	*121,93*
367/2013	**ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (1-Й ВАРИАНТ) (75/75)**	**75/75**	*23,63*	*25,23*	*6,88*	*349,14*
173/2013	**КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (150)**	**150**	*3,04*	*5,52*	*24,30*	*159,07*
520/2013	**НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ**	**200**	*0,10*	*0,00*	*20,72*	*83,28*
108/2013	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)**	**20**	*1,38*	*1,00*	*9,52*	*52,60*
		Итого:	***30,39***	***42,77***	***64,87***	***766,02***
		Всего за день:	***97,48***	***122,20***	***339,47***	***2847,54***

«АКАДЕМИЯ ЗНАНИЙ»