

2-я неделя / 1. Понедельник

Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блока, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3*	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Обед 12.00														
1 Салат витаминный	21	60	0,90	2,76	6,60	54,60	0,02	8,22	1,08	1,16	22,86	17,88	11,72	0,57
2 Борщ с капустой и картофелем	82	250	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
3 Котлета куриная рубленая с соусом	294/613	90/30	15,61	8,60	14,56	198,00	0,17	0,81	12,42	61,47	52,00	69,30	19,98	3,26
4 Каша гречн. рассып. с маслом	171	210	11,62	12,53	52,32	367,50	0,28	0,00	52,50	0,66	34,64	276,08	184,43	6,21
5 Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
Батон "Туристский" (йодированный)	658	57	3,82	1,48	26,33	133,95	0,18	0,00	0,00	1,54	12,45	35,20	5,89	0,46
Итого за день:			33,81	30,32	125,74	917,80	0,69	19,74	66,00	67,23	182,77	455,87	249,56	12,00

2,5

4,1

3,9

3,7

2-я неделя / 2. Вторник

Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блока, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Обед 12.00														
1 Салат зеленый с огурцами	18	80	0,83	4,85	1,72	53,76	0,02	4,57	0,00	0,48	35,36	29,08	18,98	0,46
2 Суп крестьянский с крупой (пшено)	98	250	1,48	4,92	6,09	76,25	0,04	9,88	0,00	2,30	35,88	33,58	14,18	0,58
3 Биточки куриные	ТТК №6	90	18,63	4,32	3,96	129,60	0,03	0,00	18,00	1,60	5,77	76,39	13,77	1,22
4 Макароны изделия отварные	203	230	8,37	8,87	46,70	300,10	0,09	0,00	43,81	1,25	18,62	57,61	12,49	1,25
5 Чай с сахаром и яблоком	377	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
Батон "Туристский" (йодированный)	658	57	3,82	1,48	26,33	133,95	0,18	0,00	0,00	1,54	12,45	35,20	5,89	0,46
Кондитерское изделие без крема	-	40	2,68	3,02	28,82	153,20	0,06	0,00	16,00	0,48	7,90	29,99	11,12	0,57
Итого за день:			35,94	27,48	128,82	908,86	0,42	17,27	77,81	7,67	130,17	266,24	78,82	4,88

2,0

4,7

4,1

3,6