

1-я неделя / 3. Среда

1-я неделя / 3. Среда															
	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	В1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
		3	4*	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	2														
Завтрак 9.00															
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	Тфтели 1 вариант	278	70	9,14	10,21	11,96	176,17	0,06	0,84	39,57	0,64	32,61	103,10	21,39	1,02
3	Картофельное пюре	128	190	3,93	11,60	22,78	218,95	0,18	22,55	63,33	0,31	52,77	110,24	34,71	1,30
4	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"														
5	(йодированный)	658	30	2,01	0,78	13,86	70,50	0,09	0,00	0,00	0,81	6,55	18,53	3,10	0,24
Итого по группе:				15,97	27,45	65,32	579,38	0,35	27,98	102,91	2,24	138,39	263,74	79,57	3,30

1-я неделя / 4. - Четверг

1-я неделя / 4. - Четверг															
	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
		3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	2														
	Завтрак 9.00														
1	Салат витаминный	21	50	0,75	2,30	5,50	45,50	0,02	6,85	0,90	0,97	19,05	14,90	9,77	0,48
2	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
3	Каша молоч. "Дружба "с масл.	175	200	5,79	10,65	31,89	247,62	0,10	0,91	52,19	0,17	127,03	149,26	35,45	0,77
4	Чай с сахаром с сухофруктами	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
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	10	0,67	0,26	4,62	23,50	0,03	0,00	0,00	0,27	2,18	6,18	1,03	0,08
	Итого по группе:			25,97	17,55	61,17	508,22	0,17	10,59	71,09	3,02	168,23	251,13	62,42	2,90