

	Наименование блюда	Масса брутто	Выход д блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ Рецептуры	Сумма (руб.)
				Б	Ж	У				
Завтрак	Сырники со сгущенным молоком		120+ 20	11,2	12,69	40,2	498,3	0,43	130	
	Творог	100								
	Мука	20								
	Сахар	15								
	Яйцо	1/8								
	Масло сливочное	5								
	Молоко сгущенное	20								
	Кофейный напиток сладкий		180	1,3	1,3	14	92	1	253	
	Кофейный напиток (суррогатный)	2								
	Сахар	10								
	Булка с маслом		25/5	2,34	6,04	14,86	123,16	-	1	
	Хлеб пшеничный	25								
	Масло сливочное	5								
2 Завтрак	Апельсин	100	100	0,60	0,14	15,00	66	40,00	368	
Обед	Свекла отварная порционно		40	0,65	2,74	3,77	42,26	4,28	33	
	Свекла	54,8								
	Суп гороховый на курином бульоне		200	10,9	7,56	31,99	233,72	4,3	88	
	Мясо кур	20								
	Горох колотый	20								
	Картофель	50								
	Лук	10								
	Морковь	15								
	Масло сливочное	5								
	Соль	1								
	Капуста тушеная		160	2,5	5,38	5,64	96,4	14,5	23	
	Капуста	170								
	Лук	10								
	Морковь	10								
	Масло растительное	6								
	Томат	5								
	Соль	1								
	Котлета куриная		80	11,1	10,42	4,28	155,4	0,67	42	
	Мясо кур	80	70							

	Яйцо	0,1шт	4							
	Лук	10	8							
	Хлеб пшеничный	5	5							
	Масло растительное	4	4							
	Молоко	10	10							
	Соль	1	1							
	Компот из кураги		180	0,61	0,04	19,63	76,39	0,6	157	
	Курага	10								
	Сахар	10								
	Витамин «С»	0,05	0,05							
	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	15,84	78,24		б/н	
Полдник	Крем-брюле		110	5,0	4,5	27,5	139,1	2,6	618	
	Молоко	100								
	Сахар	10								
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20								
	ИТОГО						1671,29			110,00 руб.

Ужин + Второй ужин

Ужин	Рис отварной		100	3,74	6,11	37,61	225,7	0	424	
	Крупа рисовая	30								
	Масло сливочное	5								
	Соль	1								
	Сосиска отварная		80	11,04	15,2	0,08	169	30	37	
	Сосиска	80								
	Чай с лимоном		180	0,045	0,05	10,15	42,65	2,34	154	
	Чай черный	1								
	Сахар	15								
	Лимон	20								
	Булка с маслом		25/5	2,34	6,04	14,86	123,16	-	1	
	Хлеб пшеничный	25								
	Масло сливочное	5								
2 Ужин	Йогурт		100	5	3,2	8,5	85	0,6	530	
	Булка		20	2,28	0,24	14,76	70,32	-	б/н	
	Хлеб пшеничный	20	20							
	ИТОГО руб.						715,83			52,00 руб.