

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с фасолью	200	4,4	7,2	52,9	172,6	1,76	102
	Пюре картофельное	20	2,4	0,4	12,6	53	-	371
	Пюре картофельное	90	10,28	1,48	13,15	217,4	-	388
	Пюре картофельное	150	11,83	2,48	21,9	265,18	-	388
	Пюре картофельное (2-й вариант)	200	-	0,2	28,4	101,6	0,05	388
	Сок фруктовый и ягодный	200	2,4	0,72	14,4	72	-	388
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2	-	388
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	-	388
Итого за Обед			38,54	11,58	115,63	663,87	-	

Итого за день 75 рублей

ВТОРНИК

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,34	15,58	103,22	8,63	42,02
	Пюре картофельное	20	2,4	0,4	12,6	53	-	371
	Пюре картофельное (срок)	90	10,28	1,48	13,15	217,4	-	388
	Макаронные изделия отварные	150	5,43	4,5	26,4	227,49	-	388
	Сок фруктовый и ягодный	200	2,4	0,72	14,4	72	-	388
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2	-	388
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	-	388
	Итого за Обед		21,66	11,58	115,63	663,87	-	

Итого за день 75 рублей

СРЕДА

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	8,14	3,98	17,37	111,45	127,62	88,02
	Пюре картофельное	20	2,4	0,4	12,6	53	-	371
	Котлеты рубленые из говяжьего фарша	100	20	23	47,6	368	0,07	295
	Рис отваренный	150	3,6	4,75	52,4	255,83	-	305
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	376
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	-	388
	Итого за Обед		34,07	34,09	178,31	1033,49	-	

Итого за день 75 рублей

ЧЕТВЕРГ

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Суп из печени с рисом	90	18,82	14,24	3,44	240,55	11,5	35,08
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Компот из ягод (заварочный)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	388
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	-	388
Итого за Обед			30,99	25,22	155,5	924,95	-	

Итого за день 75 рублей

ПЯТНИЦА

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп из овощей на курином бульоне	200/10	1,22	3,84	7,04	73,27	7,98	99,02
	Грифель 2-й вариант (срок)	90	10,44	24,15	17,4	334,5	1,38	279,02
	Капуста тушеная	180	12,82	12,82	35	227,02	30,86	139
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,48	349
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	388
	Хлеб ржаной	40	1,0	1,2	19,92	85,6	-	388
Итого за Обед			28,64	43,03	127,56	924,39	-	

Итого за день 75 рублей