

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>ВТОРНИК</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220	7,82	12,83	44,25	325,00	№ 182 сб.2015г.
2	Какао с молоком	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№ 382 сб.2015г.
3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/10/30	5,89	16,07	14,94	227,50	№ 3 сб.2015г.
4	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>575</b>	<b>21,85</b>	<b>33,73</b>	<b>108,79</b>	<b>827,00</b>	
<b>Обед</b>							
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	0,55	0,1	1,90	11,00	№ 71 сб.2015 г.
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,1	7,02	11,36	125,15	№ 82 сб.2015г.
3	Жаркое по-домашнему из говядины	1/100/300	61,6	120,4	38,40	1475,20	№ 259 сб.2015г.
4	Кисель из свежих яблок	1/200	0,1	0,12	25,10	119,20	№ 352 сб.2015г.
5	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
6	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>940</b>	<b>72,55</b>	<b>129,79</b>	<b>122,16</b>	<b>1976,45</b>	
<b>Полдник</b>							
1	Кондитерское изделие (зефир)	1/75	0,6	0,1	59,85	244,50	
2	Фрукты свежие (апельсин) калиброванные	1/150	1,41	0,18	17,63	44,00	
3	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, виноград, яблоко-виноград, мультифрукт)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40	
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>425</b>	<b>2,11</b>	<b>0,48</b>	<b>97,08</b>	<b>371,90</b>	
	<b>ИТОГО вторник:</b>	<b>1940</b>	<b>96,51</b>	<b>164</b>	<b>328,03</b>	<b>3175,35</b>	