

№ 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>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Пудинг из творога (запеченный) с соусом яблочным	1/200/80	36,24	28,36	92,84	772,00	№ 222, 337 сб.2015г.
2	Какао с молоком сгущенным	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№ 383 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>635</b>	<b>46,32</b>	<b>48,76</b>	<b>133,23</b>	<b>1157,10</b>	
<b>Обед</b>							
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	0,69	0,12	2,38	13,75	№ 71 сб.2015 г.
2	Суп картофельный с бобовыми	1/250	5,49	5,27	16,54	148,25	№ 102 сб.2015г.
3	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	14,1	18,4	15,7	241,7	№ 295 2015г.
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	7,55	0,9	42,56	208,40	№ 309 сб.2015г.
5	Кисель из свежих яблок	1/200	0,1	0,12	25,10	119,20	№ 352 сб.2015г.
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
7	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
	<b>ИТОГО обед:</b>	<b>961</b>	<b>36,13</b>	<b>26,96</b>	<b>147,68</b>	<b>977,20</b>	
<b>Полдник</b>							
1	Фрукты свежие (апельсин) калиброванные	1/150	1,41	0,18	17,63	44,00	
2	Кондитерское изделие (печенье)	1/75	5,03	5,66	54,05	287,25	
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>6,54</b>	<b>6,04</b>	<b>91,28</b>	<b>414,65</b>	
	<b>ИТОГО четверг:</b>	<b>2021</b>	<b>88,99</b>	<b>81,76</b>	<b>372,19</b>	<b>2548,95</b>	
4							