

№ 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
СРЕДА							
Завтрак							
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	0,69	0,12	2,38	13,75	№ 71 с6.2015 г.
2	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	1/100/5	13,84	15,34	9,14	130,00	№ 235, 331 с6.2015г.
3	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	4,13	12,2	24,00	230,47	№ 312 с6.2015г.
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№ 349 с6.2015г.
5	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,90	
6	Хлеб ржаной	1/50	4,25	1,65	21,25	129,00	
	ИТОГО завтрак:	705	27,52	29,9	112,93	752,92	
Обед							
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	0,5	0,062	1,06	6,25	№ 71 с6.2015 г.
2	Рассольник Ленинградский	1/250	2,02	5,09	11,98	107,25	№ 96 с6.2015г.
3	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/100	30,4	46,2	10,24	580,00	№ 250 с6.2015г.
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	11,46	8,12	51,52	325,00	№ 302 с6.2015г.
5	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,16	27,88	114,60	№ 344 с6.2015 г.
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	
	ИТОГО обед:	1051	52,74	61,782	148,08	1379,00	
Полдник							
1	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, виноград, яблоко-виноград, мультифрукт)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40	
2	Фрукты свежие (яблоко) калиброванные	1/150	0,6	0,6	13,35	60,45	№ 338 с6.2015г.
3	Булочка с повидлом обсыпная	1/100	13,2	28,72	82,26	640,00	№ 426 с6.2015г.
	ИТОГО полдник:	450	13,9	29,52	115,21	783,85	
	ИТОГО среда:	2206	94,16	121,202	376,22	2915,77	
3							