

№ 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>ПЯТНИЦА</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	0,55	0,1	1,90	11,00	№ 71 сб.2015г.
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	7,55	0,9	42,56	208,40	№ 309 сб.2015г.
3	Оладьи из говяжьей печени с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	19,52	22,64	7,64	328,00	№ 282 сб.2015г.
4	Какао с молоком	1/200	4,19	4,33	25,45	157,60	№ 382 сб.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	
	<b>ИТОГО завтрак:</b>	<b>691</b>	<b>35,76</b>	<b>28,47</b>	<b>101,70</b>	<b>821,90</b>	
<b>Обед</b>							
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	0,4	0,05	0,85	5,00	№ 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	Голубцы (говядина, рис) с соусом сметанным с томатом	1/240/60	18,04	15,82	27,84	318,51	№ 287, 331 сб.2015 г.
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,66	0,09	32,01	132,80	№ 349 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>29,4</b>	<b>25,13</b>	<b>117,46</b>	<b>827,36</b>	
<b>Полдник</b>							
1	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, виноград, яблоко-виноград, мультифрукт)	1/200	0,1	0,2	19,60	83,40	
2	Кондитерское изделие (пряники)	1/75	4,85	6,15	51,23	279,80	
3	Фрукты свежие (яблоко) калиброванные	1/150	0,6	0,6	13,35	60,45	№ 338 сб.2015г.
	<b>ИТОГО полдник:</b>	<b>425</b>	<b>5,55</b>	<b>6,95</b>	<b>84,18</b>	<b>423,65</b>	
	<b>ИТОГО пятница:</b>	<b>2056</b>	<b>70,71</b>	<b>60,55</b>	<b>303,34</b>	<b>2072,91</b>	