

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины. мг.				Минерал.в-ва.мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
11 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,30	Дели принт 2005-182
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	200	3,58	2,68	28,34	151,80	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14,00	90,00	0,13	Дели принт 2005-379
	Ватрушка с повидлом	1/100	6,37	4,26	63,03	317,14	0,11	0,06	1,17	0,11	22,29	24,86	61,14	1,54	А.И.Здобнов -1058
	Итого	505	12,14	12,03	113,9	614,27	0,18	0,22	1,76	1,42	152,95	54,19	199,01	1,97	
ОБЕД	Помидор свежий	60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	Дели принт 2005 - 71
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	Дели принт 2005-102
	Кнели из кур, бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	Дели принт 2005-301
	Каша рассыпчатая пшеничная	180/5	7,90	6,07	49,55	284,40	0,15	0,06	0,84	0,00	28,85	41,06	190,76	3,23	Дели принт 2005-302
	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	840	32,89	33,9	128,91	953,95	1,536	0,314	7,41	25,35	131,78	134,32	533,87	10,71	
Итого день	1345	45,03	45,93	242,81	1568,22	1,716	0,534	9,17	26,77	284,73	188,51	732,88	12,68		

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины. мг.				Минерал.в-ва.мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
12 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Дели принт 2005-181
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,11	1,44	2,78	0,31	Дели принт 2005-376
	Булочка "Ладушка"	1/100	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	Булочка "Ладушка"
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/200	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	#####	68,00	26,00	46,00	0,60	Дели принт 2005-338
	Итого	670	8,85	3,55	85,2	424	0,05	0,03	0,8	0,03	21,41	15,24	51,38	1,03	
ОБЕД	Икра свекольная	60	1,38	4,08	9,24	79,20	0,02	0,02	0,18	4,03	22,94	17,78	36,47	1,06	Дели принт 2005-75
	Борщ "Ставропольский" со сметанной 15% жирности	250/5	1,83	4,90	15,20	112,25	0,05	0,04	0,58	10,29	44,38	26,25	53,23	1,19	Сбор. Фирм. Блюд-57
	Тефтели из говядины 2-ой вариант с соусом сметанным 15% жирности с томатом и луком	90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	Дели принт 2005-279/333
	Каша рассыпчатая гречневая	180/5	9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47	Дели принт 2005-302
	Кисель из яблок	200	0,12	0	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,48	3,6	4,4	0,94	Дели принт 2005-352
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60	1,05	0,02	0,14	0,00	7,00	9,40	31,60	0,78	пром.
	Итого	890	26,73	32,59	140,52	963,20	1,53	0,38	7,29	17,03	165,37	253,90	538,44	11,91	
Итого день	1560	35,58	36,14	225,72	1387,2	1,576	0,414	8,09	17,06	186,78	269,14	589,82	12,94		