

5-я неделя / 5. Пятница

1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Наименование и краткая характеристика	Выход одного блюда, г.	Номер рецептуры	Углеводы	Знергетическая ценность (Ккал)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
<b>Завтрак 9,00</b>																
1	Салат зеленый с огурцами	18	80	0,83	4,85	1,72	53,76	0,02	4,57	0,00	0,48	35,36	29,08	18,98	0,46	
2	Тефтели 1 вариант	278	70	9,14	10,21	11,96	176,17	0,06	0,84	39,57	0,64	32,61	103,10	21,39	1,02	
3	Каша молоч. "Дружба" с маслом	175	190	5,50	10,12	30,29	235,24	0,09	0,87	49,58	0,16	120,68	141,79	33,68	0,73	
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36	
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	35	2,35	0,91	16,17	82,25	0,11	0,00	0,00	0,95	7,64	21,62	3,62	0,28	
<b>Итого по группе:</b>				<b>17,94</b>	<b>26,10</b>	<b>75,33</b>	<b>609,41</b>	<b>0,28</b>	<b>9,10</b>	<b>89,15</b>	<b>2,24</b>	<b>210,49</b>	<b>299,99</b>	<b>80,05</b>	<b>2,85</b>	
				4,2	2,9										1,4	
																3,5

2-я неделя / 6. Суббота

1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Наименование и краткая характеристика	Выход одного блюда, г.	Номер рецептуры	Углеводы	Знергетическая ценность (Ккал)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
<b>Завтрак 9,00</b>																
1	Огурцы свежие	71	80	0,56	0,08	1,52	9,60	0,03	3,92	0,00	0,08	13,60	24,00	11,20	0,40	
3	Рагу из овощей с фаршем	Тех.Карта №8	200	31,80	21,20	22,80	408,00	0,12	25,02	92,00	4,02	74,32	90,00	32,52	1,20	
5	Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	29	1,94	0,75	13,40	68,15	0,09	0,00	0,00	0,79	6,33	17,91	3,00	0,23	
<b>Итого по группе:</b>				<b>34,37</b>	<b>22,05</b>	<b>52,72</b>	<b>545,75</b>	<b>0,24</b>	<b>28,97</b>	<b>92,00</b>	<b>4,89</b>	<b>105,35</b>	<b>134,71</b>	<b>48,12</b>	<b>2,11</b>	
				1,5	2,4											1,3
																2,0



Никифорова Е.Н.