

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ, ккал
1 день	Обед					
221/1981	Суп с бобовыми	250	5,49	4,74	19,74	146
679/2005	Каша гречневая	150	7,46	5,61	35,84	230,45
833	Соус красный основной	100	0,77	2,24	6,09	47,34
608	котлета	80	7,10	5,70	6,50	107
14/2010	Салат из свежих помидор	100	1,13	6,19	4,72	79,1
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
959/2005	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Итого:	1030	28,94	29,64	129,08	909,29

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выхо д (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле воды (г)	ЭЦ, ккал
5 день	Обед					
197/2005	Рассольник петербургский	250	2,1	5,11	16,59	120,75
52	Салат Мозайка	100	2,87	7,37	10,15	118,90
608/2005	Котлета запечённая	80	7,10	5,70	6,50	107
694/2005	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25
951/2005	Кофейный напиток	200	1,4	2	22,4	116
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
	Итого:	930	20	26,45	106,79	754,1

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ, ккал
4 день	Обед					
187/2005	Щи из свежей капусты	250	1,75	4,89	8,49	84,75
637/2005	Птица отварная	80	16,88	10,88	0	165
688/2005	Макаронные изделия	150	5,52	4,52	26,45	168,45
833	Соус красный основной	100	0,77	2,24	6,09	47,34
45	Салат Винегрет	100	1,35	6,16	7,69	91,60
943/2010	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
	Итого:	1030	29,94	30,16	93,42	739,34

[illegible]

[illegible]

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле воды (г)	ЭЦ, ккал
7 день	Обед					
204/2005	Суп картофельный с рисом	250	1,98	2,74	14,58	90,75
10/2010	Зелёный горошек	100	2,98	5,19	6,25	83,6
694/2005	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25
260	Гуляш	100	14,55	16,79	2,89	221
639	Компот из сухофруктов	200	10	0,06	35,2	110
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
	Итого:	950	36,4	31,05	112,02	796,8

[illegible]

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выхо д (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле воды (г)	ЭЦ, ккал
9 день	Обед					
204/2005	Суп с перловой крупой	250	2,5	2,79	17	103,25
45	Салат Винегрет	100	1,35	6,16	7,69	91,60
290	Птица, тушённая в соусе	100	19,5	35,1	3,9	409
688	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
951/2005	Кофейный напиток	200	1,4	2	22,4	116
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
	Итого:	950	33,24	52,07	108,14	1042,3

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выхо д (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле воды (г)	ЭЦ, ккал
10 день	Обед					
87	Суп рыбный	250	8,61	8,4	14,34	167,25
296	Икра кабачковая	80	1,30	4,95	7,06	62,08
378	Капуста тушеная	100	2	11	10	226
244	Рыба припущенная	100	7,65	1,01	3,18	52,50
948	Кисель	200	0	0	9,98	37,4
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
	Итого:	780	23.03	26.83	25.26	699.43

№ рецептуры	Наименование изделия (блюда)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ, ккал
2 день	Обед					
43/2004	Салат из белокочанной капусты	100	1,41	5,08	8,65	85,9
304/2010	Плов из птицы	130	20,3	17	35,69	377
209/2005	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,29	5,7	13,59	118,8
859/2005	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	22,3	110
8	Хлеб	50	3,07	1,07	20,9	107,2
847/2005	Фрукт	100	0,40	0,40	9,8	47
	Итого:	830	32,67	29,45	110,93	845,9