

День: вторник

Неделя: вторая

Категория: дети от 7 до 11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд, состав	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Пищевые вещества			энерг. цен. (ккал)
					Белки (г)	Жиры (г)	Углевод ы	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Горячий обед</b>								
<b>День 7 неделя 2</b>								
54-2с	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>			<b>250,00</b>	<b>5,87</b>	<b>7,10</b>	<b>12,67</b>	<b>137,99</b>
	свекла	50	40,00		0,58	0,03	3,20	15,38
	картофель	27,20	20,00		0,37	0,08	2,97	14,00
	капуста белокачанная	25,00	20,00		0,35	0,03	0,85	4,93
	морковь	15,63	12,50		0,15	0,00	0,78	3,85
	лук репчатый	12,50	10,00		0,12	0,03	0,8	3,68
	петрушка (корень)	0,6	0,5		0,00	0,00	0,05	0,23
	томатное пюре	7,50	7,50		0,25	0,00	0,80	4,23
	сметана	12,50	12,50		0,30	1,65	0,40	17,70
	масло подсолнечное	5,00	5,00		0,00	4,40	0,00	39,55
	сахар-песок	2,5	2,50		0,00	0,00	2,27	9,08
	кислота лимонная	0,25	0,25		0,00	0,00	0,00	0,08
	соль поваренная йодированная	0,38	0,38		0,00	0,00	0,00	0,00
	бульон	200	200,00		3,75	0,88	0,55	25,15
	лавровый лист	0,05	0,05		0,00	0,00	0,02	0,13
54-11р	<b>Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)</b>			<b>120</b>	<b>16,45</b>	<b>8,90</b>	<b>7,55</b>	<b>176,64</b>
	минтай (филе)	117,95	104,40		15,60	0,85	0,00	69,84
	морковь	37,55	3,00		0,34	0,00	1,88	9,25
	лук репчатый	20,92	16,80		0,17	0,00	1,20	6,17
	томатное пюре	10,8	10,80		0,34	0,00	1,20	6,17
	петрушка (корень)	6	4,80		0,00	0,00	0,52	2,23
	сахар-песок	3,08	3,08		0	0	2,75	11,15
	масло подсолнечное	9,08	9,08		0	8,05	0	71,83
	соль поваренная йодированная	0,35	0,35		0	0	0	0,00
	вода	0,3	0,30		0,00	0,00	0,00	0,00
54-11г	<b>Картофельное пюре</b>			<b>200,00</b>	<b>4,39</b>	<b>6,96</b>	<b>27,44</b>	<b>185,87</b>
	картофель	238,05	175,00		3,33	0,56	25,98	117,60
	молоко	32	32,00		0,93	0,67	1,33	15,47
	масло сливочное	9,07	9,07		0,13	5,73	0,13	52,80
	соль поваренная йодированная	0,67	0,67		0,00	0,00	0,00	0,00