

День: четверг  
Неделя: вторая

Категория: дети от 7 до 11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда, состав	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Пищевые вещества			энерг. цен. (ккал)
					Белки (г)	Жиры (г)	Углевод ы (г)	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	<b>Горячий обед</b>			<b>День 9 неделя 2</b>				
54-6с	<b>Суп картофельный с клецками</b>			<b>250</b>	<b>5,80</b>	<b>4,12</b>	<b>14,27</b>	<b>116,95</b>
	картофель	68	50		0,95	0,18	7,43	35,00
	лук репчатый	12,5	8		0,13	0,03	0,75	3,68
	морковь	12,5	8		0,13	0	0,63	3,08
	масло подсолнечное	2,5	2,5		0	2,2	0,00	19,78
	лавровый лист	,05	0,05		0	0	0,03	0,13
	соль поваренная йодированная	0,23	0,23		0	0	0,00	0,00
	бульон	187,5	187,5		3,53	0,83	0,50	23,58
	яйцо куриное	2,43	2,2		0,28	0,23	0,03	3,10
	мука пшеничная высший сорт	7,7	7,7		0,78	0,1	4,9	23,5
	масло сливочное	0,88	0,88		0	0,55	0	5,1
	вода	11,45	11,45		0	0	0,00	0,00
54-4г	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>			<b>180</b>	<b>9,96</b>	<b>7,56</b>	<b>43,20</b>	<b>280,44</b>
	крупа гречневая	82,8	82,8		9,84	2,4	43,08	232,92
	масло сливочное	8,16	8,16		0,12	5,16	0,12	47,52
	соль поваренная йодированная	0,6	0,6		0	0	0,00	0,00
	вода	122,4	122,4		0	0	0,00	0,00
54-25м	<b>Курица тушенная с морковью</b>			<b>120,00</b>	<b>16,92</b>	<b>6,84</b>	<b>13,92</b>	<b>151,68</b>
	куриная грудка (филе)	80,64	71,40		15,84	1,20	0,24	75,12
	морковь	34,08	27,24		0,36	0,00	1,68	8,40
	лук репчатый	15,48	12,36		0,12	0,00	9,60	4,56
	сметана	10,92	10,92		0,24	1,44	0,36	15,48
	мука пшеничная высший сорт	3,24	3,24		0,36	0,00	2,04	9,84
	масло сливочное	2,16	2,16		0,00	1,32	0,00	12,60
	масло подсолнечное	3,24	3,24		0,00	2,88	0,00	25,68
	соль поваренная йодированная	0,94	0,84		0,00	0,00	0,00	0,00
	вода	48	48,00		0,00	0,00	0,00	0,00
54-4хн	<b>Компот из изюма</b>			<b>200,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,10</b>	<b>18,40</b>	<b>75,80</b>
	изюм	20,4	20,00		0,40	0,10	12,00	50,40
	сахар-песок	7	7,00		0,00	0,00	6,40	25,40
	вода	202	202,00		0,00	0,00	0,00	0,00
Пром.	<b>Хлеб ржанно-пшеничный</b>			<b>30</b>	<b>2</b>	<b>0,4</b>	<b>10</b>	<b>51,2</b>
Пром.	<b>Хлеб пшеничный 1 сорт</b>			<b>60</b>	<b>4,53</b>	<b>0,53</b>	<b>29,47</b>	<b>140,67</b>
	<b>Итого рацион - 34,8%</b>			<b>840,00</b>	<b>39,61</b>	<b>19,55</b>	<b>129,26</b>	<b>816,74</b>