

День: вторник

Неделя: вторая

Категория: дети от 12 лет и старше

№ 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
Горячий обед День7 неделя 2								
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной			300,00	7,04	8,58	15,16	165,62
	свекла	60	48,00		0,70	0,04	3,80	18,46
	картофель	32,64	24,00		0,44	0,10	3,56	16,80
	капуста белокачанная	30,00	24,00		0,42	0,04	1,02	5,92
	морковь	18,76	15,00		0,18	0,04	0,94	4,62
	лук репчатый	15,00	12,00		0,14	0,04	1,0	4,42
	петрушка (корень)	0,7	0,6		0,00	0,00	0,06	0,28
	томатное пюре	9,00	9,00		0,30	0,00	0,96	5,08
	сметана	15,00	15,00		0,36	1,98	0,48	21,24
	масло подсолнечное	6,00	6,00		0,00	5,28	0,00	47,46
	сахар-песок	3,0	3,00		0,00	0,00	2,72	10,90
	кислота лимонная	0,3	0,30		0,00	0,00	0,00	0,10
	соль поваренная йодированная	0,46	0,46		0,00	0,00	0,00	0,00
	бульон	240	240		4,50	1,06	0,66	30,18
	лавровый лист	0,06	0,06		0,00	0,00	0,02	0,16
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)			120	16,45	8,90	7,55	176,64
	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)	6,0	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	Картофельное пюре			230	5,05	8,00	31,55	213,75
	картофель	273,76	201,25		3,83	0,64	29,87	135,24
	молоко	36,8	36,80		1,07	0,77	1,53	17,79
	масло сливочное	10,43	10,43		0,15	6,59	0,15	60,72
	соль поваренная йодированная	0,77	0,77		0,00	0,00	0,00	0,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов			200,00	0,50	0,00	19,80	81,00
	смесь сухофруктов	26,8	25,00		0,50	0,00	13,40	55,60
	сахар-песок	7	7,00		0,00	0,00	6,40	25,40
	вода	190	190,00		0,00	0,00	0,00	0,00