

День: вторник

Неделя: первая

Категория: дети от 12 лет и старше

№ рецеп. *	Прием пищи, наименование блюда, состав	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Пищевые вещества			энерг. цен. (ккал)
					Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Горячий обед							
	День 2 недели 1							
54-20з-2022	Горошек зеленый			100	2,83	0,16	5,83	36,83
	горошек зеленый консервированный	155	100					
54 - 3с 2022	Рассольник Ленинградский			300	8,91	10,92	25,616	225,6
	картофель	153	112,5		2,1	0,43	16,69	78,79
	лук репчатый	18,76	15		0,19	0,05	1,136	5,52
	морковь	18,76	15		0,19	0	0,95	4,62
	огурец соленый	28,13	22,5		0,19	0,05	0,35	0,1
	крупа рисовая	7,5	7,5		0,49	0,07	5,08	22,19
	сметана	15	15		0,46	2,47	0,6	26,56
	масло подсолнечное	7,5	7,5		0	6,6	0	59,33
	лавровый лист	0,07	0,07		0	0	0,05	0,19
	соль поваренная йодированная	0,58	0,58		0	0	0	0
	бульон	281,26	281,26		5,29	1,25	0,76	28,3
54-11г-2022	Картофельное пюре			200	4,39	6,96	27,44	185,87
	картофель	238,06	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
54-8м-2022	Тефтели из говядины паровые			100	12,30	10,65	7,50	195,17
	говядина I категории	79,17	70		12,17	9,83	0	137,67
	лук репчатый	41,33	33		0,5	0	2,50	12,17
	масло сливочное	3	3		0	1,83	0,00	17,50
	хлеб пшеничный	13	13		1	0,17	5,83	27,83
	соль поваренная йодированная	0	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00
54-2хн-2022	Компот из кураги			200,00	1,00	0,10	15,70	66,90
	курага	21,4	20,00		1,00	0,10	9,30	41,50
	сахар-песок	7	7		0,00	0,00	6,40	25,40
	вода	202	202,00		0,00	0,00	0,00	0,00