

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ №53.	100	13,91	1,63	4,06	7,96	75,15
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/С №294.	100/2	43,19	15,77	20,60	14,57	306,53
2011	406	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №321.	180	25,78	4,29	4,61	18,03	133,29
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №377.	200/15/7	3,75	0,16	0,01	14,92	61,56
2025	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	23	2,04	1,84	0,23	11,29	54,74
2025	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ к/к	20	1,23	1,32	0,18	8,48	40,79
2025	к/к	СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ к/к	1	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				89,95	25,01	29,69	75,25	672,06
Всего за день:				89,95	25,01	29,69	75,25	672,06
Сбалансированность:					1	1,2	3,0	

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	90	13,50	0,72	0,09	2,25	12,60
2011	281	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ №281/331	70/25	48,13	10,77	10,97	7,83	175,82
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (РАГУ) №317.	150	22,95	3,42	4,85	14,62	116,73
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №349.	180	3,48	0,00	0,00	6,78	27,09
2025	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	21	1,87	1,68	0,21	10,31	49,98
2025	к/к	СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ к/к	1	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				89,98	16,59	16,12	41,79	382,22
Всего за день:				89,98	16,59	16,12	41,79	382,22
Сбалансированность:					1	1,0	2,5	

10 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ПОВИДЛОМ№222.	125/20	65,26	19,41	13,43	43,44	378,39
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №377.	200/15/7	3,75	0,16	0,01	14,92	61,56
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	21	1,87	1,68	0,21	10,31	49,98
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ №338.	100	15,00	0,40	0,40	9,80	47,00
2020	к/к	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ к/к	15	4,05	1,13	1,47	11,16	62,55
2025	к/к	СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ к/к	1	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				89,98	22,78	15,52	89,63	599,48
Всего за день:				89,98	22,78	15,52	89,63	599,48
Сбалансированность:					1	0,7	3,9	