

Наименование блюда		Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг					
							С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		20,00	20												
ржано-пшеничный															
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20	20	1,46	0,26	7,1	36,58		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20												
Итого:				31,99	31,86	100,83	818,02	27,87	0,81	213,78	349,7	589,48	190,5	6,24	
9 день															
76(руб)															
Обед															
Суп картофельный с бобовыми, с сухариками		220	5,8	3,2	28,2	164,8	5,4	0,18	125,84	30,2	89,7	29,68	1,58		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №139															
Крупа горох*		12,00	12												
Картофель*		36,00	36												
Морковь*		8,00	8												
Лук репчатый*		8,00	8												
Масло растительное*		2,00	2												
Соль*		0,30	0,3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*		31,25	20												
Лавровый лист*		0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*		0,05	0,05												
Петрушка (сушеная)*		0,05	0,05												
Рыба, запеченная "Солнышко"				100	16,8	13,6	4,6	208	6,7	0,09	53	132,17	237,6	45,03	0,43
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №382															
Минтай*		141,38	82												
Мука в/с*		6,00	6												
Масло растительное*		2,00	2												
Яйцо*		30,00	30												
Молоко цельное*		15,00	15												
Соль*		0,30	0,3												
Картофельное пюре				150	3,13	6,5	20,15	151,62	10,36	0,12	6,48	84,2	88,4	29,56	1,06
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №520															
Картофель*		128,00	128												
Молоко цельное*		24,00	24												
Масло сливочное*		8,00	8												
Соль*		0,30	0,3												
Напиток фруктовый "Изюминка"				200	0,36		20,2	82,24		0,03		16	25,8	8,4	0,6
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №638															
Изюм*		20,00	20												
Сахар*		10,00	10												
Хлеб пшеничный				20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		20,00	20												
Хлеб ржано-пшеничный															
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20												
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20												
Итого:				29,08	23,72	89,97	689,68	22,46	0,48	185,32	273,17	491,1	126,27	4,7	
10 день															
76(руб)															
Обед															
Суп-пюре из разных овощей, с сухариками		220	4,75	6,95	25,62	184,03	13,19	0,1	273,94	169,8	86,36	26,2	0,92		
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №168															
Морковь*		24,00	24												
Капуста*		16,00	16												
Картофель*		18,00	18												
Лук репчатый*		8,00	8												
Мука в/с*		4,00	4												
Масло сливочное*		8,00	8												
Молоко цельное*		30,00	30												
Соль*		0,30	0,3												
Хлеб пшеничный (для сухарей)*		31,25	20												
Лавровый лист*		0,02	0,02												
Мясо тушеное в сметанном соусе				90	11,42	16,92	11,3	243,16	3,81	0,47	12,6	19,11	124,51	18,4	0,91
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №437															
Гуляш из свинины (пром-ного пр-ва)*		59,00	59												
Масло растительное*		3,00	3												
Лук репчатый*		20,00	20												
Сметана*		10,00	10												
Мука в/с*		6,00	6												
Соль*		0,30	0,3												
Лавровый лист*		0,02	0,02												
Укроп (сушеный)*		0,10	0,1												
Макаронные изделия				150	5,2	9,1	33,4	236,3		0,07	44,11	10,3	42,7	7,6	0,77
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №516															
Макаронные изделия*		52,50	52,5												
Масло сливочное*		12,00	12												
Соль*		0,50	0,5												
Какао на цельном молоке (100/7/2)				200	3,08	3,6	11,91	92,36	1,3	0,04	13	120,5	100	15,6	0,14
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №693															
Какао*		2,00	2												
Молоко цельное*		100,00	100												
Сахар*		7,00	7												
Хлеб пшеничный				20	1,53	0,16	9,72	46,44		0,02		4	13	2,8	0,22
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*		20,00	20												
Хлеб ржано-пшеничный															
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20												
Лечебное питание (под ред. М.А. Самсонова 1995г.) №15.1															
Хлеб ржано-пшеничный*		20,00	20												
Итого:				27,44	36,99	99,05	838,87	18,3	0,74	343,65	330,31	403,17	81,4	3,76	

Главный технолог

Гольшева А.А.