

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Салат из моркови	16	180	3,6	11,6	0,8	80,0
2	Суп гороховый на курином бульоне	102	1/250	5,28	16,33	5,49	134,75
3	Капуста тушеная	321	1/200	3,86	11,8	3,76	92,62
4	Сосиска отварная	116	1/100	20,1	0,8	10,4	226,0
5	Чай с сахаром и лимоном	154	1/200	0,005	13,73	0,2	61,126
6	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
ИТОГО				33,565	75,26	24,61	722,896

3 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Салат из отварной свеклы	7	1/100	9,99	7,66	1,31	126,44
2	Щи со свежей капустой с курой со сметаной	124	1/250\5	3,2	11,4	2,9	96,0
3	Гуляш из свинины	437	1/100	6,5	4,0	13,9	132,0
4	Рис отварной	304	1/180	5,85	44,87	3,99	253,08
5	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
6	Компот из сухофруктов	527	1/200	0	27,0	0,5	110,0
ИТОГО				26,26	115,93	26,56	872,48

4 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Салат из свежей капусты	1	1/100	10,08	9,55	1,62	136,44
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	59	1/250	2,5	18,825	2,675	111,675
3	Сырники из творога со сгущен. молоком (швидлом)	463	1/150/20	9,0	3,2	16,7	156,0
4	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
5	Кофейный напиток с молоком	379	1/200	2,66	20,54	2,4	110,7
ИТОГО				24,96	73,115	27,355	643,215

5 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Помидоры порционно	71	1/60	0,12	2,28	0,66	13,2
2	Борщ с курой и сметаной	43	1/250\10	10,44	17,693	11,8	207,49
3	Макаронны с сыром	204	1226	16,27	31,78	11,29	313,44
4	Компот из сухофруктов	527	1/200	0	27,0	0,5	110,0
5	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
ИТОГО				27,55	99,753	28,21	772,53

6 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Салат из свежей капусты с морковью	1	1/100	10,08	9,55	1,62	136,67
2	Суп с фрикадельками	104	1/250	6,59	13,5	8,89	159,8
3	Оладьи со ступи, молоком или повидлом	1259	1/150\20	5,06	55,29	12,2	296,31
4	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
5	Чай с сахаром и лимоном	154	1/200\13,5\7,2	0,005	13,73	0,2	52,336
ИТОГО				22,455	113,07	26,87	773,516

7 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Салат из отварной свеклы	7	1/100	9,99	7,66	1,31	126,44
2	Суп картофельный с мясом куры	26	1/250	7,325	18,375	4,75	170,80
3	Гуляш из свинины	437	1/100	6,5	4,0	13,9	132,0
6	Макароны отварные с маслом	309	1/180\6	5,61	43,4	6,27	251,28
7	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
8	Чай с сахаром	152	1/200	-	14,040	0,156	53,274
ИТОГО				30,145	108,475	30,346	862,194

8 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда (г)	Жиры г	Углеводы г	Белки г	Энергетическая ценность (ккал)
1	Огурцы порционно	71	1/60	0,12	2,28	0,66	13,2
2	Свекольник со сметаной и яйцом	68	1/250\10	5,380	10,982	2,268	98,677
3	Котлеты рыбные	143	1/70	2,4	7,2	9,5	88,0
4	Картофельное пюре с маслом	312	1/200	33,42	7,58	4,68	476,81
5	Хлеб ржаной		1/60	0,72	21	3,96	128,4
6	Чай с сахаром и лимоном	154	1/200\13,5\7,2	0,005	13,73	0,2	52,336
ИТОГО				42,045	62,772	21,268	857,423