

10 день (Сад).

Наименование блюда	№ рецептур ы	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Вита мин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная Манная жидкая 1\2	548	200	6,3	6,3	31,8	202,6	0
Хлеб пшеничный	5	20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,49	0
Выход 400		405					
Второй завтрак							
Яблоки		100	0,4	-	11,3	46	13
Обед							
Рассольник Ленинградский	297	200	2	4,1	16,1	105,3	9,8
Котлеты рубленые из птицы	667	80	12,9	9,5	12,9	186,9	0
Свекла тушеная	442	150	3,2	5,1	18,1	127,6	16,7
Хлеб ржаной	5	50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из смеси сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	12,4	49,4	0
Выход 600		660					
Уплотненный полдник							
Макароны запеченные с яйцом	347	200	11,3	8,7	36,1	259,1	0
Икра кабачковая	36	50	1,0	4,5	4,3	61	3,5
Хлеб пшеничный	5	25	2	0,3	10,5	50,8	0
Кофейный напиток (с молоком) (1/2)	1221	180	2,6	2,3	10,24	73,1	0
Выход 450		455					
Ужин							
Молоко кипяченое	1226	200	5,6	5	9,4	106,0	0
Хлеб пшеничный	5	25	2	0,3	10,5	50,8	0
Повидло	8	7	0,03	0	4,9	18,4	0,04
Выход 250		232					
Итого			56,93	51,1	212,84	1504,79	74,24