

6 день (Сад)

Наименование блюда	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность, ккал	С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (гречка) 1\2	548	200	4,8	4,4	20,6	137,5	0
Хлеб пшеничный	5	20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	7	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Яйцо отварное	424	20	2,55	2,3	0,15	31,4	0
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,49	0
Выход 400		425					
Второй завтрак							
Яблоки		100	0,4	-	11,3	46	13
Обед							
Суп овощной	300	200	1,5	4	10,7	82,4	15,9
Птица отварная	637	80	20,1	14	0,7	209,5	0,2
Каша вязкая пшеничная (гарнир)	384	120	3,8	1,7	21,5	116,7	0
Огурец соленый	1	30	0,8	0	0,4	5,7	0
Хлеб ржаной	5	50	3,3	0,5	20,1	95,0	0
Компот из смеси сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	14	55,9	0
Выход 600		660					
Уплотненный полдник							
Шницель рыбный натуральный	511	90	14	5,8	8,2	138,9	1,6
Пюре картофельное	429	120	2,7	3,8	20,4	122,1	14,4
Огурец соленый	1	30	0,8	0	0,4	5,7	0
Хлеб пшеничный	5	25	2	0,3	10,5	50,8	0
Кофейный напиток без молока	1221	200	0,1	0	7	29,6	0
Выход 450		465					
Ужин							
Молоко кипяченое	1226	200	5,6	5	9,4	106	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			59,48	41,6	196,35	1375,79	33,94