

Пятница Неделя 1	№Рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)				Цена.Руб.
				Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
День-5																
Завтрак																
54-10г-2020		Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	0,14	10,9	8,34	0,12	62	109	33	1,18	15,000
54-14р-2020		Котлета рыбная любительская	100	12,9	4	6,1	112,2	0,08	0,94	295	0,13	51	189	44	1,05	26,00
54-5соус- 2020		Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,84	0,008	0,1	7	0,03	22	17,4	2,6	0,04	5,00
54-23гн-2020		Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,52	13,3	0,13	111	107	31	1,07	10,00
Пром.		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,00
Пром.		Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	0,08	0,08	0	0,06	14,6	25	8	0,56	2,00
		Итого за завтрак	520	25,5	14,3	67,3	500,24	0,46	12,6	323,64	0,56	298,1	486,1	130,9	4,98	60,00
Обед																
54-28з-2020		Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2	0,01	2,67	0,78	0,02	21	24	13	0,8	5,00
54-1с-2020		Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2	0,02	10,8	105	0,03	37,4	31	13,2	0,48	15,00
54-1г-2020		Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	0,06	0	18,4	0,03	12	41	7,2	0,73	5,00
54-1м-2020		Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,9	167,4	0,03	0,36	85,7	0,1	24	121	16	1,62	26,00
54-7хн-2020		Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,4	0,01	24	3,06	0,01	9,6	8,6	8,1	0,36	5,00
Пром.		Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	0,24	0,12	0	0,18	75	77,4	24,6	2,16	2,00
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	0,12	0,12	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84	2,00
		Итого за обед	780	29,9	24	93,5	708,8	0,49	38,07	212,94	0,46	200,9	340,5	94,1	6,99	60,00
		Всего за День-5	1300	55,4	38,4	160,7	1209,1	0,95	50,67	536,58	1,02	499	826,6	225	12	

Количество детей на завтрак	Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед		
Количество детей в полдник	Шеф повар	/ФИО/
Всего детей		