

Согласовано
Заведующий М
Исх. № 271

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

инженерная

книжководителя

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 Вариант 9	Завтрак								
		КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) ТТК №105	150	7	3,5	29,1	175,1	ТТК №105	
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131		
	Итого за завтрак		350	15,1	8,7	61,8	384,7		
2. Завтрак									
Итого за 2 завтрак									
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
			180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед									
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33		2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ТТК №28	150/10	1,5	5	7,5	91,2	ТТК №28		
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68	130/5	8,9	12,2	14,2	181,8	ТТК №68		
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383		2011
	ХЛЕБ ПЕКИЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
Итого за обед		515	13,5	19,5	62,3	468,9			
Уплотненный полдник									
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С БАНИЛЬЮ ТТК №151, №477	130/50	16,2	12,3	29,5	385,6	ТТК №151, 477		
	КЕФИР №401	180	5,1	4,4	7	92,5	401		2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8			
Итого за Уплотненный полдник		400	24,3	17,9	57,1	562,9			
Всего за день:			53,8	46,3	198,9	1491,6			

Ответственное лицо Зеленцова А.А.