

День 2

Сезон:осенний

ЗАВТРАК:

тк№4	каша жидкая молочная манная	210	42,00	6,30	8,86	32,76	235,20
тк№25	Хлеб пшеничный в/с	30	4,20	2,28	0,27	14,91	71,19
тк№20	чай каркаде с сахаром	200	6,00	0,10	0,00	6,80	28,80
Итого:		440					335,19

ОБЕД:

тк№32	суп-лапша домашняя	200	12,00	1,58	3,65	8,59	73,60
тк№14	плыв из птицы (куриное филе)	250	79,10	16,10	18,65	53,71	466,78
тк№36	огурец свежий	100	18,00	0,80	0,10	2,60	14,00
тк№26	хлеб ржаной	60	8,40	3,96	0,72	20,52	99,24
тк№17	чай с лимоном	217	7,00	0,13	0,20	15,20	62,00
итого бжу				31,25	32,45	155,09	
Итого:		1267,00	176,70				1050,81

День 3

Сезон:осенний

ЗАВТРАК:

тк№5	каша жидкая молочная пшеничная	210	41,00	7,77	14,87	37,80	235,90
тк№25	Хлеб пшеничный в/с	30	4,20	2,28	0,27	14,91	71,19
тк№21	какао с молоком	200	19,40	4,08	3,54	12,50	106,20
Итого:		440					413,29

ОБЕД:

тк№30	борщ с картофелем	200	13,70	1,90	4,60	12,40	105,80
тк№4	пельмени отборные п/ф со сметаной	200	84,00	18,05	21,80	49,60	470,18
тк№25	Хлеб пшеничный в/с	60	8,40	4,56	0,54	25,82	128,00
тк№20	чай каркаде с сахаром	200	6,00	0,10	0,00	6,80	28,80
итого бжу				38,74	45,62	159,83	
Итого:		1100	176,70				1146,07

День 4

Сезон:осенний	ЗАВТРАК:					
ТК№7	каша жидкая молочная рисовая	210	40,00	7,31	9,86	26,80
ТК№25	Хлеб пшеничный в/с	30	4,20	2,28	0,27	14,91
ТК№19	чай с молоком	200	8,30	1,52	1,35	14,86
Итого:		440				387,39

ОБЕД:

ТК№33	рассольник	200	10,60	1,30	2,06	9,04
ТК№16	филе птицы (куриное) с соусом сметанным	100	75,00	11,16	16,51	10,50
ТК№10	макаронны отварные	160	12,40	6,02	5,98	37,06
ТК№36	огурец свежий	80	14,40	0,80	0,10	2,60
ТК№26	хлеб ржаной	60	8,40	3,96	0,72	20,52
ТК№18	чай с сахаром	210	3,40	0,07	0,20	10,01
Итого бжу				34,42	34,42	146,30
Итого:		1250	176,70			1111,29

День 5

Сезон:осенний	ЗАВТРАК:					
ТК№9	Суп молочный с макаронными изделиями	200	24,00	8,51	11,86	26,38
ТК№27	яблоки свежие	100	19,40	0,40	0,40	18,35
ТК№25	Хлеб пшеничный в/с	30	4,20	2,28	0,27	14,91
ТК№18	чай с сахаром	210	3,40	0,07	0,20	10,01
Итого		540				435,27

ОБЕД:

ТК№31	суп крестьянский с крупой	200	12,00	1,18	3,94	4,88
ТК№15	печень по-строгановски	100	62,10	11,06	8,34	12,57
ТК№12	бобовые отварные (гороховое пюре)	160	19,00	5,96	2,43	25,57
ТК№28	икра кабачковая	80	17,20	1,18	2,66	15,40
ТК№26	хлеб ржаной	60	8,40	3,96	0,72	20,52
ТК№17	чай с лимоном	217	7,00	0,13	0,20	15,20
Итого бжу				34,73	31,02	163,79
Итого		1357	176,70			1232,59

Технолог



Кувшинова А.С.

Повар



Березина Л.В.