

ДЕНЬ 5	№ рецепта	наименование блюда	7-11 лет		11-18 лет		Белки	Жиры	Углево.	Кал	Кал	
			брутто	нетто	брутто	нетто						
		ЗАТРАК										
9.10-9.25	266	каша овсяная										
10.05-10.20	Печень	молоко "Тетралекс"	30,80	30,80	30,80	30,80						
		вода	58,00	58,00	58,00	58,00						
		молоко	118,00	118,00	118,00	118,00						
		сахар	5,00	5,00	5,00	5,00						
		масло сливочное	0,00	192,00	0,00	192,00						
		вода	5,00	5,00	5,00	5,00						
		ИТОГО		200,00		250,00	7,16	7,16	9,40	9,40	28,80	28,80
3	М	пюре картофельное с маслом										
		сметана	16	15	16	15	3,84	3,84	3,915	3,915	0	0
		масло сливочное	30	30	30	30	0,5	0,5	8,25	8,25	0,08	0,08
		клуб. картофельный	30	30	30	30					74,8	74,8
		вода		55		55	6,68	6,68	8,45	8,45	19,39	19,39
		ИТОГО									180	180
394	М	чай с молоком										
		чай заварка №391	1,00	1,000	1,00	1,000						
		чай высшего или 3-го сорта (сухой)										
		вода	35,96	35,96	35,96	35,96						
		молоко		33,30		33,30						
		чай заварка №391		33,30		33,30						
		сахар	11,11	11,11	11,11	11,11						
		молоко или сливки	102,12	100,00	102,12	100,00						
		вода	66,60	66,60	66,60	66,60						
		молоко		200,00		200,00	7,67	7,67	7,34	7,34	14,31	14,31
		ИТОГО					20,85	20,85	32,36	32,36	62,58	62,58
		СРЕД										
11.50-12.10	45	инжирет овощной										
12.50-13.10		картофель	17,20	12,50	34,40	25,00						
		сметана	12,25	10,50	25,50	20,00						
		морковь	9,45	7,50	18,90	15,00						
		огурцы соленые	12,50	10,00	25,00	20,00						
		лих. петруш. лист	8,95	7,50	17,90	15,00						
		масло растительное	3,00	3,00	6,00	6,00						
		молоко		50,00		100,00	0,68	1,36	3,085	6,17	4,22	8,44
		ИТОГО									47,4	94,80
76	М	блюда с капустой и картофелем с добавлением морской капусты										
		сметана	47,66	32,00	47,66	32,00						
		капуста белокочанная	20,00	16,00	20,00	16,00						
		картофель	24,62	16,00	24,62	16,00						
		морковь	10,64	8,00	10,64	8,00						
		лих. петруш. лист	9,60	8,00	9,60	8,00						
		томатная паста	2,40	2,40	2,40	2,40						
		масло сливочное	4,00	4,00	4,00	4,00						
		сахар	2,40	2,40	2,40	2,40						
		лимонная кислота	0,40	0,40	0,40	0,40						
		вода	160,00	160,00	160,00	160,00						
		сметана 15% жирности	4,00	4,00	4,00	4,00						
		морская капуста	4,00	4,00	4,00	4,00						
		молоко		200,00		250,00	2,96	2,96	4,18	4,18	11,93	11,93
		ИТОГО									96,9	96,9
287	М	тефтели мясные с соус.										
		говядина(полотнишко мясо)	52,50	38,25	52,50	38,25						
		вода	6,00	6,00	6,00	6,00						
		капуста листовая	5,25	5,25	5,25	5,25						
		масло ливогого ассорти	0,00	15,00	0,00	15,00						
		лих. петруш. лист	0,00	5,00	0,00	5,00						
		лих. петруш. лист	13,50	11,25	13,50	11,25						
		масло сливочное	2,25	2,25	2,25	2,25						
		масло сливочное	0,00	9,00	0,00	9,00						
		молоко	3,75	3,75	3,75	3,75						
		масло сливочное	0,00	71,25	0,00	71,25						
		масло сливочное	2,25	2,25	2,25	2,25						
		масло сливочное	0,00	60,00	0,00	60,00						
		вода	12,00	12,00	12,00	12,00						
		молоко		60,00		60,00	8,28	8,28	7,67	7,67	5,22	5,22
		ИТОГО									122,4	122,4
448	Печень	соус белый овощной										
		бульон	54,95	54,95	54,95	54,95						
		масло сливочное	2,50	2,50	2,50	2,50						
		молоко	3,50	3,50	3,50	3,50						
		лих. петруш. лист	2,40	2,00	2,40	2,00						
		лих. петруш. лист	2,00	1,50	2,00	1,50						
		молоко		50,00		50,00	0,62	0,62	2,02	2,02	2,94	2,94
		ИТОГО									32,37	32,37
336		капуста тушеная										
		капуста белокоч. кв.	143,30	114,60	214,95	171,90						
		или квашеная	142,90	100,00	214,35	150,00						
		масло растительное	3,50	3,50	5,25	5,25						
		морковь	2,50	2,00	3,75	3,00						
		лих. петруш. лист	4,80	4,00	7,20	6,00						
		томатное пюре	6,00	6,00	9,00	9,00						
		молоко	1,20	1,20	1,80	1,80						
		сахар	5,00	5,00	4,50	4,50						
		молоко		100,00		150,00	2,64	3,06	1,80	2,24	3,10	4,78
		ИТОГО									7,11	10,62
378	М	кисель из сливок и яблок										
		бульон	20,20	20,00	20,20	20,00						
		молоко	186,00	186,00	186,00	186,00						
		сахар	20,00	20,00	20,00	20,00						
		красная картофельный	9,00	9,00	9,00	9,00						
		молоко		200,00		200,00	0,12	0,12	0,1	0,1	32,43	32,43
		клуб. сливочный	60,00	60,00	60,00	60,00	3,96	3,96	0,72	0,72	20,04	20,04
		клуб. сливочный	30,00	30,00	30,00	30,00	2,28	4,56	0,24	0,48	14,76	29,52
		ИТОГО					20,94	24,92	19,80	24,03	94,73	115,30
		ИТОГО									591,68	714,34
13.50-14.05	Печень	бифштекс в пром. упаковке	200,00	200,00	200,00	200,00	5,80	5,80	5,00	5,00	8,00	8,00
14.45-15.00	467	булочка ванильная										
		молоко	35,72	35,72	71,54	71,54						
		молоко	1,00	1,00	2,00	2,00						
		лих. петруш. лист			0,00	0,00						
		сахар	5,25	5,25	11,50	11,50						
		маргарин	4,27	4,27	8,54	8,54						
		молоко	19,75	19,75	39,50	39,50						
		яйцо для смазки	1,00	1,00	2,00	2,00						
		соль	0,47	0,47	0,94	0,94						
		дрожжи (сухие)	0,11	0,11	0,22	0,22						
		ванилин	0,03	0,03	0,05	0,05						
		молоко	47,95	47,95	95,90	95,90						
		вода	15,00	15,00	30,00	30,00						
		масло сливочное	58,50	58,50	117,00	117,00						
		молоко		50,00		100,00	3,95	3,95	4,06	4,06	27,24	27,24
		ИТОГО					9,25	9,25	9,06	9,06	35,24	35,24
		ИТОГО					51,54	55,52	61,23	65,44	192,55	213,12
		ИТОГО									1485,23	1607,89

	С 7 до 11 лет	С 11 до 18 лет
ЭН	51,54	55,52
ЖИР	61,23	65,44
УГ	192,55	213,12
КА	1485,23	1607,89
В1	0,78	0,84
С	57,33	62,44
А	136,36	141,47
Е	8,52	11,08
Са	978,4	1020,2
Р	1098,87	1178,9
Mg	250,03	273,78
Fe	10,93	11,71

Разработала: диет. сестра Андрушова Е.В.