

HUMAN

Тарасова Т.Н.

Прием-пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод
Завтрак	гор.блюдо	31	Запеканка творожная с соусом	200		365	28,13	10,55	30,74
	гор.напиток	685	Чай с сахром	200		61	0,2	0,02	15
	хлеб	428	Булочка школьная	100		128	4,1	1,6	26,4
				500	82,00 Р	554	32,43	12,17	72,14
Обед	закуска								
	1 блюдо	110	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200		92	1,66	4,91	10,56
	2 блюдо	акт	Фрикадельки из птицы с соусом	90		130	11,58	4,77	6,96
	гарнир	510	Каша гречневая вязкая	180		176	5,55	6,01	25,01
	гор.напиток	685	Чай с сахром	200		61	0,20	0,02	15,00
	хлеб	акт	Батон школьный	30		105,5	3,4	0,4	29,1
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		66	2,40	0,30	13,50
				730	100,00 Р	564,50	22,39	16,11	86,63

[illegible][illegible]

		№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		акт	Закуска из овощей	100		73	1,83	4,5	7,5
		516	Макаронные изделия отварные	180		255	0,98	5,39	44,5
		686	Чай с сахаром и лимоном	200		64	0,26	0,03	15,25
			Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
		Итого			530	32,00 Р	515	6,87	10,37
Обед		110	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200		92	1,66	4,91	10,56
		акт	Мясо по-купчески	220		335	21,6	16,01	37,5
		акт	Напиток из ягод	200		100	0,07	0,02	24,44
		акт	Батон школьный	50		120	4	0,5	25
			Хлеб ржаной	30		66	2,40	0,30	13,50
	Итого			700	68,00 Р	713	29,73	21,74	111
Полдник		685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
		107	Булочка ванильная	50		172	3,95	4,25	29,05
			Фрукты запеченные	100		81	0,2		19,6
		Итого			350	32,00 Р	314	4,35	4,27

Зав. производством _____