

	Хлеб Ржаной	20	1,0	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	Хлеб Пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого		16,740	22,620	59,940	512,270	0,082	4,630	2,010	0,658	148,040	108,520	67,29	48,982
47/2015	Салат из квашеной капусты	60	2,600	5,058	4,944	56	0,013	5,180	14,46	1,381	25,278	18,606	8,616	0,01
ТТК № 37	Котлеты "Любимые" п/ф с овощами (фасоль стручко	75/25	10,250	10,550	14,400	190,3	6,300	0,035	0,162	0,850	16,840	124,370	1,340	30,550
203/2015	Макаронные отварные с маслом	180/5	6,120	5,360	34,200	224,4	0,104	0,000	0,120	0,980	19,750	68,410	10,170	1,043
686/04	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,270	0,060	15,230	63	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	Хлеб Ржаной	20	1,0	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	Хлеб Пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого		22,520	21,468	92,534	648,700	0,033	8,015	14,742	3,663	73,878	245,146	28,166	32,392

рецептур	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийный	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день														
52/2015	Салат из отварной свеклы	50	0,712	3,044	9,650	46,7	0,009	6,42	0	1,367	101	70,5	10,45	0,17
ТТК-9	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным П/Ф	50/50	12,540	19,040	9,930	261,21	0,010	0,110	3,330	0,110	186,250	6,200	25,180	1,150
303/2015	Каша гречневая вязкая	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	0,000	0	0,518	37,352	170,553	44,550	1,101
ТТК №1	Чай полусладкий	200	0,200	0,000	5,060	21,04	0,000	0,000	0,100	0,000	9,970	7,500	6,500	0,197
	Хлеб Ржаной	20	1,0	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	Хлеб Пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого		23,39	31,548	82,400	614,0	0,358	6,53	3,43	2,433	343,33	286,973	93,880	3,315

2 день														
10/2014	Салат из зеленого горошка с маслом раст.	50	1,48	2,46	3,13	41,8	0,06	5,5	0,01	0,03	12,87	13,4	12,8	0,41
291/2015	Плов из птицы	50/150	14,510	14,710	28,340	364	0,210	4,900	0,100	1,200	83,070	273,000	40,450	1,900
686/04	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,270	0,060	15,230	63	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	Хлеб Ржаной	20	1,0	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	Хлеб Пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Яблоки свежие	130	0,520	0,520	9,550	61,10	0,039	10,40	0	0,130	20,800	14,300	11,700	0,039
	Итого		20,06	18,19	80,01	644,9	0,359	23,6	0,11	1,812	128,75	334,46	72,99	3,138

3 день														
47/2015	Салат из квашеной капусты	60	2,600	5,058	4,944	56	0,013	5,180	14,46	1,381	25,278	18,606	8,616	0,01
234/2015	Биточки рыбные Моряча	80	12,40	5,20	6,800	123,2	0,080	1,700	0,030	0,220	18,420	135,700	42,400	0,800
312/2015	Картофельные пюре с маслом	150/5	3,090	8,282	22,000	172	0,164	7,943	0,080	0,231	47,805	98,835	8,000	0,000
ТТК №13	Чай полусладкий с молоком	200	1,630	1,250	7,180	46	0,015	0,540	0,01	0,000	76,500	48,700	8,800	0,430
	Хлеб Ржаной	20	1,0	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	Хлеб Пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого		23,000	20,23	64,684	512,2	0,319	15,363	14,58	2,27	176,763	334,061	75,016	1,94

4 день														
12/2014	Кукуруза консервированная с маслом раст.	40	1,150	2,460	3,210	39,72	0,000	3,770	2,000	0,000	30,000	0,0	13	46,000
ТТК № 11	Биточки Рябушка п/ф	75	9,000	10,500	11,250	172	0,082	0,000	0,018	0,150	10,340	124,370	21,050	1,140
203/2015	Макаронные отварные с маслом	150/5	5,100	4,468	28,500	187	0,087	0,000	0,100	0,816	16,457	57,010	8,479	0,869
686/04	Чай с лимоном (полусладкий)	200/10/7	0,270	0,060	15,230	63	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	Хлеб Ржаной	20	1,0	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	Хлеб Пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0	0	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Пром.	Пряники	34	1,870	1,360	26,860	129	0,020	0	0	0,000	3,060	14,000	0,000	0,200
	Итого		20,67	19,288	108,810	705,72	0,239	6,570	2,118	1,418	71,867	229,14	50,569	48,998