Утверждаю

21 ДЕНЬ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК							
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	180	5,20	6,00	40,10	238,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,70	71,00
Итого			450	**12,60**	**10,80**	**64,80**	**409,00**
ОБЕД							
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,90	6,10	3,50	72,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,70	2,60	10,10	70,00
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180/30	13,50	18,50	55,90	445,00
2011	344	КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	200	0,00	0,00	9,70	39,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,80	0,30	25,10	118,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,60	0,30	10,70	51,00
П.П	П.П	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (КЕКС)	20	1,00	0,60	21,00	93,00
Итого			855	**22,50**	**28,40**	**136,00**	**888,00**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1305	**35,10**	**39,20**	**200,80**	**1 297,00**

Согласовано с руководителем учреждения