09.04.2024																				
	Вес		**Выход**	**Пищевые в-ва**			**К/кал**	**Мин.вещества**					**Витамины**					**Цена**	**№ тех. карты**
	бр	**нетто**		**Б**	**Ж**	**У**		**К**	**Ca**	**Mg**	**P**	**Fe**	**A**	**B1**	**B2**	**PP**	**C**		
ЗАВТРАК																			
Запеканка творожная			**120**																
творог	**100**	**100**																	
манка	**10**	**10**																	
яйцо	**1/8**	**6**																	
масло сливочное	**5**	**5**																	
сахар	**10**	**10**																	
Молочный соус			**80**																
мука	**4**	**4**																	
молоко	**50**	**50**																	
сахар	**5**	**5**																	
масло сливочное	**3**	**3**																	
Чай сладкий			**200**																
заварка	**1**	**1**		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
сахар	**15**	**15**		-	-	15,0	57,0	0,3	15,3	39,3	9,6	1,2	-	0,201	0,021	0,855	-		
вода	**100**	**100**																	
Бутерброд с маслом			**40/7**																
хлеб пшен.	**40**	**40**		2,34	0,75	10,02	81,85	30,0	6,0	9,3	29,4	054	-	0,03	0,02	0,3	-		
масло сливочное	**7**	**7**		0,056	5,076	-	47,43	-	0,10	0,15	0,17	1,33	0,05	0,09	0,007	0,06	-		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																			
Кисель	**100**	**100**																	
ОБЕД																			
Суп картофельный на курином бульоне			**250**																
куры	**20**	**12**																	
картофель	**130**	**100**																	
лук	**10**	**8**																	
морковь	**10**	**8**																	

Шницель			**60**																
куры	**90**	**60**		3,49	3,5	0,16	58,14	-	3,16	3,4	26,88	0,23	3,7	0,02	0,02	0,8	0,25		
яйцо	**1/10**	**4,1**		0,63	0,58	0,035	7,85	7,65	2,75	0,5	9,25	0,14	0,105	0,005	0,02	0,01			
лук	**5**	**4,2**		0,19		0,65	3,34	18,2	3,8	1,4	5,8	0,08		0,003	0,004	0,02	1,0		
масло слив.	**2**	**2**		0,016	1,54	-	13,56	0,59	0,8	0,04	0,38	0.13	0,01	0,013	0,02	0,01	-		
масло растительное	**2**	**2**																	
Рис отварной			**100**																
рис	**30**	**30**		0,31	0,03	2,07	10,0	4,17	0,87	1,32	3,96	0,06	-	0,005	0,003	0,03	-		
масло слив.	**5**	**5**		0,03	1,56	0,012	22,02	0,7	1,0	0,09	0,05	0,006	0,01	0,004	0,003	0,002	-		
Соус			**30**																
мука	**3**	**3**		0,31	0,03	2,07	10,0	4,17	0,87	1,32	3,96	0,06	-	0,005	0,003	0,03	-		
масло слив.	**2**	**2**		0,01	1,56	0,02	14,18		0,44	0,06	0,38		0,011						
томат	**2**	**2**		0,12		0,07	0,38	4,8	0,14	0,24	0,64	0,014		0,006	0,006	0,009	0,2		
Компот из с/ф			**200**																
смесь сухофруктов	**15**	**15**		0,09	-	3,0	13,9	4,0	2,1	6,45	0,15	-	0,01	0,005	0,25	-	-		
вода	**190**	**190**		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
сахар	**15**	**15**		-	-	15,0	57,0	0,3	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
Хлеб рж.	**40**	**40**		3,0	-	14,0	7,0	99,6	7,25	8,8	36,4	0,42	0,08	0,06	0,05	0,18	-		
ПОЛДНИК																			
Кофейный напиток			**150**																
кофейный напиток	**1**	**1**		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
сахар	**15**	**15**		-	-	15,0	57,0	0,3	15,3	39,3	9,6	1,2	-	0,201	0,021	0,855	-		
вода	**100**	**100**																	
Булка	**30**	**30**																	
ИТОГО																			