

	9614	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
	Понедельник							
	Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом		940/2/1998.	200	7.333	4.487	46.807	257.144
4	Хлеб пшеничный		ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:	100.00 р.		585	17.409	14.684	86.637	545.627
	Итого за день:	100.00 р.		585	17.409	14.684	86.637	545.627
	Вторник							
	Завтрак							
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	250	17.893	21.692	54.004	482.381
2	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке		ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:	100.00 р.		550	25.723	28.337	120.994	865.129
	Итого за день:	100.00 р.		550	25.723	28.337	120.994	865.129
	Среда							
	Завтрак							
1	Салат из моркови свежей с сахаром		139/3/1998.	100	1.238	0.095	11.658	51.383
2	Запеканка из творога		620/3/1998.	150	25.585	18.486	21.406	359.048
3	Соус клубничный*		1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:	100.00 р.		550	30.981	19.031	86.051	640.379
	Итого за день:	100.00 р.		550	30.981	19.031	86.051	640.379
	Четверг							
	Завтрак							
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110	13.299	10.632	12.126	199.755
2	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	190	10.809	6.446	48.868	296.298
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:	100.00 р.		550	28.108	17.528	92.899	638.501
	Итого за день:	100.00 р.		550	28.108	17.528	92.899	638.501
	Пятница							
	Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
4	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Печенье "Кокосик"		ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:	100.00 р.		550	24.475	21.441	114.114	773.399
	Итого за день:	100.00 р.		550	24.475	21.441	114.114	773.399

Вторая неделя

Завтрак 5-9

Понедельник								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150	
2	Каша молочная манная с маслом	548/2/1998 г	250	7.052	6.697	41.657	256.005	
3	Соус клубничный*	1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120	
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828	
Итого за Завтрак:		100.00 р.	570	15.61	11.287	97.129	551.403	
Итого за день:		100.00 р.	570	15.61	11.287	97.129	551.403	
Вторник								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120	13.724	12.389	13.384	219.906	
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180	10.277	5.583	46.481	276.881	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000	
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448	
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	28.001	18.422	91.77	639.235	
Итого за день:		100.00 р.	550	28.001	18.422	91.77	639.235	
Среда								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	250	16.782	20.658	55.294	473.805	
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
3	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828	
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000	
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	24.675	27.303	122.494	858.933	
Итого за день:		100.00 р.	550	24.675	27.303	122.494	858.933	
Четверг								
Завтрак								
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120	13.267	9.521	12.595	191.357	
2	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	180	3.834	4.466	30.868	172.170	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	68	5.168	0.612	33.796	153.680	
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448	
Итого за Завтрак:		100.00 р.	568	22.469	14.599	84.314	546.655	
Итого за день:		100.00 р.	568	22.469	14.599	84.314	546.655	
Пятница								
Завтрак								
1	Котлета куриная запеченая(в)	ТТК	90	13.370	9.969	11.060	187.440	
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	195	7.146	4.465	45.608	251.398	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828	
5	Печенье "Кокосик"	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000	
Итого за Завтрак:		100.00 р.	585	28.409	21.079	123.868	823.966	
Итого за день:		100.00 р.	585	28.409	21.079	123.868	823.966	
ИТОГО ЗА Завтрак:		1000.00 р.	5608	245.86	193.711	1020.27	6883.227	
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		1000.00 р.	5608	245.86	193.711	1020.27	6883.227	
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		100.00 р.	560.8	24.59	19.37	102.03	688.32	
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.788	4.149		

