

3 День

обед

Картофель отварной	200	250	2	4	8	8,2	24	24,1	253	260	0,15	0,2	11,8	15,8	0	0	2,5	4	100	120	31	65	33	70,2	1,2	1,6	
Огурец соленый	30	50	0,6	0,8	0	0	1,3	1,6	9,8	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный в/с	25	50	1,9	2,4	0,15	0,23	10	17,1	59	140	0,03	0,08	0	0	0	0	0,3	0,6	6,4	14	4,48	8,84	21	41	0,4	0,46	
Чай с сахаром	200	200	0	0	0	0	14	29	56	114	0	0	-	-	-	-	-	-	24	31,2	86,8	112	17	22,4	1,3	1,6	
Итого		4,5	7,2	8,15	8,43	49	71,8	377	533	0,18	0,28	11,8	15,8	0	0	2,8	4,6	131	165	122	185	71	134	2,8	3,66		

4 День

обед

суп картофельный с горохом рецаблюда № 136	200	250	4,69	6,2	4,48	5,6	18	22,3	134	167	0,08	0,1	26,7	8,41	0,19	0,24	0,2	0,21	15	18,4	47,3	59,1	18	22	0,5	0,6
Итого	0	0	4,5	7,2	8,15	8,43	49	71,8	377	533	0,18	0,28	11,8	15,8	0	0	2,8	4,6	131	165	122	185	71	134	2,8	3,66
рогалик	100	100	13,7	18,81	9,76	13,42	12	17,1	195	268	0,08	0,12	1,4	1,9	0,11	0,15	1,6	2,18	113	155	123	169	23	31,8	0,3	0,46
Хлеб пшеничный в/с	25	50	1,9	2,4	0,15	0,23	10	17,1	59	140	0,03	0,08	0	0	0	0	0,3	0,6	6,4	14	4,48	8,84	21	41	0,4	0,46
Итого		24,8	34,61	22,5	27,68	90	128	765	1108	0,37	0,58	39,9	26,1	0,3	0,39	4,9	7,59	264	352	297	423	133	228	4	5,18	

5 День

обед

вермишель отварная рецаблюда № 273	100	100	3,4	3,4	6,1	6,1	23	22,8	163	163	0,13	0,13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Грудка отварная с соусом	100	150	6,45	8,6	14	18,6	21	28,4	242	322	0,3	0,3	-	-	0,3	0,04	0,6	0,8	29	36	132	165	40	50	1,8	1,8
Итого	0	0	4,5	7,2	8,43	8,43	49	71,8	377	533	0,18	0,28	11,8	15,8	0	0	2,8	4,6	131	165	122	185	71	134	2,8	3,66
Хлеб пшеничный в/с	25	50	1,9	2,4	0,15	0,23	10	17,1	59	140	0,03	0,08	0	0	0	0	0,3	0,6	6,4	14	4,48	8,84	21	41	0,4	0,46
Итого		16,3	21,6	28,4	33,36	104	140	840	1158	0,64	0,79	11,8	15,8	0,3	0,04	3,7	6	166	215	326	426	136	228	5,3	6,22	

6 День

обед

суп картофельный с рисом рецаблюда № 136	200	250	2,32	2,9	2	2,5	17	21	96	120	0,1	0,13	8,09	10,1	0,19	0,24	0,3	0,4	18	22,8	55,9	69,9	23	29,1	0,9	1,1
---	-----	-----	------	-----	---	-----	----	----	----	-----	-----	------	------	------	------	------	-----	-----	----	------	------	------	----	------	-----	-----

итого	0	0	4,5	7,2	8,15	8,43	49	71,8	377	533	0,18	0,28	11,8	15,8	0	0	2,8	4,6	131	165	122	185	71	134	2,8	3,66
сосиска в тесте рец.блода №685	150	200	6,45	8,6	14	18,6	21	28,4	242	322	0,3	0,3	-	-	0,3	0,04	0,6	0,8	29	36	132	165	40	50	1,8	1,8
Хлеб пшеничный в/с	25	50	1,9	2,4	0,15	0,23	10	17,1	59	140	0,03	0,08	0	0	0	0	0,3	0,6	6,4	14	4,48	8,84	21	41	0,4	0,46
итого			15,2	21,1	24,3	29,76	98	138	773	1115	0,61	0,79	19,8	25,9	0,49	0,28	4,1	6,4	184	238	315	429	155	254	5,9	7,02

7 день

8 день

9 день

10 день

11 день

12 день

13 день

14 день

15 день

16 день

17 день

18 день

19 день

20 день

21 день

22 день

23 день

24 день

25 день

26 день

27 день

28 день

29 день

30 день

31 день

32 день

33 день

34 день

35 день

36 день

37 день

38 день

39 день

40 день

41 день

42 день

43 день

44 день

45 день

46 день

47 день

48 день

49 день

50 день

51 день

52 день

53 день

54 день

55 день

56 день

57 день

58 день

59 день

60 день

61 день

62 день

63 день

64 день

65 день

66 день

67 день

68 день

69 день

70 день

71 день

72 день

73 день

74 день

75 день

76 день

77 день

78 день

79 день

80 день

81 день

82 день

83 день

84 день

85 день

86 день

87 день

88 день

89 день

90 день

91 день

92 день

93 день

94 день

95 день

96 день

97 день

98 день

99 день

100 день

101 день

102 день

103 день

104 день

105 день

106 день

107 день

108 день

109 день

110 день

111 день

112 день

113 день

114 день

115 день

116 день

117 день

118 день

119 день

120 день

121 день

122 день

123 день

124 день

125 день

126 день

127 день

128 день

129 день

130 день

131 день

132 день

133 день

134 день

135 день

136 день

137 день

138 день

139 день

140 день

141 день

142 день

143 день

144 день

145 день

146 день

147 день

148 день

149 день

150 день

151 день

152 день

153 день

154 день

155 день

156 день

157 день

158 день

159 день

160 день

161 день

162 день

163 день

164 день

165 день

166 день

167 день

168 день

169 день

170 день

171 день

172 день

173 день

174 день

175 день

176 день

177 день

178 день

179 день

180 день

181 день

182 день

183 день

184 день

185 день

186 день

187 день

188 день

189 день

190 день

191 день

192 день

193 день

194 день

195 день

196 день

197 день

198 день

199 день

200 день

201 день

202 день

203 день

204 день

205 день

206 день

207 день

208 день

209 день

210 день

211 день

212 день

213 день

214 день

215 день

216 день

217 день

218 день

219 день

220 день

221 день

222 день

223 день

224 день

225 день

226 день

227 день

228 день

229 день

230 день

231 день

232 день

233 день

234 день

235 день

236 день

237 день

238 день

239 день

240 день

241 день

242 день

243 день

244 день

245 день

246 день

247 день

248 день

249 день

250 день

251 день

252 день

253 день

254 день

255 день

256 день

257 день

258 день

259 день

260 день

261 день

262 день

263 день

264 день

265 день

266 день

267 день

268 день

269 день

270 день

271 день

272 день

273 день

274 день

275 день

276 день

277 день

278 день

279 день

280 день

281 день

282 день

283 день

284 день

285 день

обед

суп картофельный с горохом рец. блюда № 136	200	250	2,32	2,9	2	2,5	17	21	96	120	0,1	0,13	8,09	10,1	0,19	0,24	0,3	0,4	18	22,8	55,9	69,9	23	29,1	0,9	1,1
итого	0	0	4,5	7,2	8,15	8,43	49	71,8	377	533	0,18	0,28	11,8	15,8	0	0	2,8	4,6	131	165	122	185	71	134	2,8	3,66
сосиска в тесте рец. блюда №685	150	200	6,45	8,6	14	18,6	21	28,4	242	322	0,3	0,3	-	-	0,3	0,04	0,6	0,8	29	36	132	165	40	50	1,8	1,8
Хлеб пшеничный в/с	25	50	1,9	2,4	0,15	0,23	10	17,1	59	140	0,03	0,08	0	0	0	0	0,3	0,6	6,4	14	4,48	8,84	21	41	0,4	0,46
итого	•	•	15,2	21,1	24,3	29,76	98	138	773	1115	0,61	0,79	19,8	25,9	0,49	0,28	4,1	6,4	184	238	315	429	155	254	5,9	7,02
Среднее за 10 дней:																										

Использованы: сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях.
сборник технологических нормативов . Ф.Л.Марчук 1996г