

	порции	Б	Ж	У		
Салат "Оливье"	80	1,255	3,073	6,628	59,97	
Щи из свежей капусты	225	2,415	7,869	10,801	125,04	
Грудки куриные тушеные	100	16,942	9,763	1,173	145,564	
Капуста тушеная	180	4,645	5,324	20,03	149,703	
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	
Хлеб пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Сыр порционный	15	3,9	3,915		50,835	
Печенье	15	0,015		11,91	48,15	
Итого						64,54

День 9 СРЕДА

Наименование типа блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Стоимость
		Б	Ж	У		
Салат из моркови	80	0,856	0,136	13,986	61,85	
Суп картофельный с пшеном, с мясом птицы	225	4,968	5,375	19,999	148,6	
Котлета домашняя с маслом	90	11,91	17,316	9,503	241,602	
Картофельное пюре	180	3,911	5,641	26,475	172,814	
Компот из сухофруктов	180	0,72	0,054	20,104	84,75	
Хлеб пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Сыр порционный	15	3,9	3,915		50,835	
Фрукты (мандарины)	100	0,8	0,2	7,5	38	
Итого						64,54

День 10 ЧЕТВЕРГ

Наименование типа блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Стоимость
		Б	Ж	У		
Винегрет овощной	80	1,233	4,139	6,355	68,08	
Борщ из свежей капусты	250	2,034	6,665	11,158	113,6	
Котлета рыбная (минтай)	90	13,792	7,551	13,868	178,745	
Каша гречневая	180	8,104	5,737	36,609	230,165	
Кисель	200	0,78	0,06	15,13	65,35	
Хлеб пшеничный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Сыр порционный	15	3,9	3,915		50,835	
Печенье	15	0,015		11,91	48,15	
Итого						64,54