ватрушка с творогом	60	80	80	масло сливочное	5028,00	0,002	0,003	0,003	0,002	0,003	0,003	10,06	15,08	15,08	73,51	95,98	95,98	110,26	143,97	143,97
				яйцо 1 категории	50,00	0,002	0,003	0,003	0,002	0,003	0,003	0,10	0,15	0,15						
				соль йодированная	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08						
				Дрожжи прессованные	2500,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	2,50	2,50	2,50						
				творог	1500,00	0,028	0,037	0,037	0,028	0,037	0,037	42,00	55,50	55,50						
				ванилин	1500,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,45	0,45	0,45						
				масло растительное	683,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,68	0,68	0,68						
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64
															359,01	468,54	576,98	538,51	702,82	865,47
II неделя																				
1-й день																				
плов(говядина)	200	200	250	говядина (тазобедренной части)	2850,00	0,150	0,150	0,200	0,107	0,107	0,143	427,50	427,50	570,00	470,53	470,53	667,68	705,80	705,80	1001,52
				крупа рисовая	482,00	0,043	0,043	0,068	0,043	0,043	0,068	20,73	20,73	32,78						
				масло растительное	683,00	0,013	0,013	0,010	0,013	0,013	0,010	8,88	8,88	46,44						
				лук репчатый	133,00	0,016	0,016	0,012	0,013	0,013	0,010	2,13	2,13	1,60						
				морковь	177,00	0,013	0,013	0,019	0,010	0,010	0,015	2,30	2,30	3,36						
				томатная паста	900,00	0,010	0,010	0,015	0,010	0,010	0,015	9,00	9,00	13,50						
				соль йодированная	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08						
чай черный с сахаром	200	200	200	чай высшего сорта	5000,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	5,00	11,53	11,53	11,53	17,29	17,29	17,29
				сахар	435,00	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53						
яблоко	100	100	100	яблоко	740,00	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	74,00	74,00	74,00	74,00	74,00	74,00	111	111,00	111,00
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной\пшеничный	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64
															567,94	576,85	776,96	851,91	865,27	1165,45
2-й день																				
салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100	помидоры свежие	800,00	0,029	0,05	0,05	0,025	0,041	0,041	23,20	38,40	38,40	38,65	64,35	65,03	57,98	96,53	97,55
				огурцы свежие	539,00	0,023	0,038	0,038	0,018	0,03	0,03	12,40	20,48	20,48						
				лук репчатый	133,00	0,007	0,02	0,02	0,006	0,01	0,01	0,93	2,66	2,66						
				соль йодированная	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08						
				масло растительное	683,00	0,003	0,004	0,005	0,003	0,004	0,005	2,05	2,73	3,42						
рагу из птицы	200	200	250	курица(бедренная и берцовая кость с прилегающей к ней мякотью)	1500,00	0,160	0,160	0,213	0,109	0,109	0,145	240,00	240,00	319,50	277,08	277,08	363,63	415,62	415,62	545,44
				масло растительное	683,00	0,005	0,005	0,006	0,005	0,005	0,006	3,42	3,42	4,10						
				картофель	211,00	0,107	0,107	0,128	0,080	0,080	0,096	22,58	22,58	27,01						
				морковь	177,00	0,022	0,022	0,026	0,018	0,018	0,021	3,89	3,89	4,60						
				лук репчатый	133,00	0,012	0,012	0,014	0,010	0,010	0,012	1,60	1,60	1,86						
				томатная паста	900,00	0,006	0,006	0,007	0,006	0,006	0,007	5,40	5,40	6,30						
				мука пшеничная 1сорт	59,90	0,002	0,002	0,003	0,002	0,002	0,003	0,12	0,12	0,18						
				соль йодированная	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08						
сыр порциями	20	20	20	сыр твердый	5603,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	112,06	112,06	112,06	112,06	112,06	112,06	168,09	168,09	168,09
компот из смеси сухофруктов	200	200	200	сухофрукты	770,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	15,40	15,40	15,40	25,60	25,60	25,60	38,4	38,4	38,4
				сахар	435,00	0,02	0,020	0,02	0,02	0,020	0,02	8,70	8,70	8,70						
				кислота лимонная	1500,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	1,50	1,50	1,50						
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64
															465,27	499,88	590,08	697,91	749,82	885,12
3-й день																				
котлеты мясные(духовые)\соус красный основной	50\20	75\20	100\20	говядина (котлетное мясо)	2850,00	0,05	0,076	0,101	0,037	0,056	0,074	142,50	216,60	287,85	174,68	259,36	339,41	262,02	389,035	509,12
				хлеб пшеничный из муки 1 сорта	214,00	0,009	0,014	0,018	0,009	0,014	0,018	1,93	3,00	3,85						
				лук репчатый	133,00	0,021	0,032	0,042	0,018	0,027	0,036	2,79	4,26	5,59						
				молоко 2,5%	405,00	0,012	0,017	0,024	0,012	0,017	0,024	4,86	6,89	9,72						
				сухари	1550,00	0,005	0,008	0,010	0,005	0,008	0,010	7,75	12,40	15,50						
				масло растительное	683,00	0,003	0,005	0,006	0,003	0,005	0,006	2,05	3,42	4,10						
				соль йодированная	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08						

Scanned with MOBILE SCANNER