

Сводная карта питания 1-5 день

приемы пищи/время	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
	наименование блюда	выход (гр)	наименование блюда	выход (гр)	наименование блюда	выход (гр)	наименование блюда	выход (гр)	наименование блюда	выход (гр)
ЗАВТРАК С 7-45 ДО 8-20	каша вязкая молочная из манной крупы № 250	250/10	каша пшеничная молочная жидкая №267	200	каша рисовая молочная жидкая №268	200	яйцо отварное №300	300	каша пшеничная молочная вязкая №256	200
	запеканка картофельная с овощами №210	200	напиток кофейный с молоком №501	400	хлеб пшеничный №108	50	каша "Дружба" №260	200	чай с сахаром №493	200
	хлеб пшеничный	100		100	с маслом №105	20	какао с молоком №497	200		
	чай с сахаром №493	200	хлеб пшеничный № 108	50			хлеб пшеничный №108	50	хлеб пшеничный №108	50
	с маслом № 105	30	масло №105	10	какао с молоком №497	200	масло №105	10	масло №105	10
				15			сыр №100	15	сыр №100	15
ОБЕД С 12-00 ДО 13-30	икра свекольная №119	100	винегрет овощной №1	100	салат из свежей овощей №25	100	салат картофельный с кукурузой и морковью №73	100	салат картофельный с зеленым горошком №65	100
	Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной № 142	250/20	рассольник ленинградский с тушеной говядиной	250/20	свекольник с мясом №131	200/20	суп с макаронными изделиями и картофелем №147	250	суп крестьянский с крупой №154	250
	Печень говяжья по строгановски с соусом томатным № 398/442	110/40	курица в соусе с томатом №405	120	тефтели мясные с рисом №390	110	рыба, тушеная в томате с овощами №343	140	биточки из говядины с соусом томатным №№ 381/453	100/50
	макароны отварные № 291	200	каша гречневая рассыпчатая №237	200	картофель отварной №429	200	рис отварной №414	200	пюре из гороха с пассерованным лукком №417/419	200/40
	компот из плодов сушеных или ягод № 515	200	компот из яблок №507	200	кисель из яблок сушеных №506	200	компот из смеси сухофруктов №508	200	компот из яблок с лимоном	200
	хлеб пшеничный	180	хлеб пшеничный №и 108	50	хлеб пшеничный №108	180	хлеб пшеничный №108	100	хлеб ржаной №109	170
ПОЛДНИК 16-00	изделие мясное акт проработки	50	картофельная запеканка с мясом №377	200	запеканка пшеничная №277	200	оладьи из печени по - кунцевски №399	100	плов из риса с сухофруктами №273	200
					чай с молоком №495	200	чай с сахаром №493	200		
							хлеб пшеничный №108	50	хлеб пшеничный №10	50
	чай с сахаром №493	200	чай с сахаром №493	60/30	хлеб пшеничный №108	100				

УЖИН С 18-45 ДО 19-45	салат из белокачанной капусты №1	100	овощи натуральные огурцы свежие	100/100	овощи натуральные помидоры свежие №106	100	овощи натуральные огурцы свежие №106	100	икра морковная №119	100
	яйца вареные №300	0,5	котлеты или биточки рыбные с соусом томатным №№345/42	100/50	макаронник с мясом(запеканка) №29 3	140	котлеты, биточки. шницели из говядины с соусом томатным 381/453	100/50	жаркое по - домашнему №369	220
	птица отварная с рисом отварным №№ 404/414	70/200	пюре картофельное №429	200	яблоки свежие(при нали напиток кофейный с молоком №501	100	каша перловая рассыпчатая №242	200	чай с молоком №495	200
	чай с лимоном №494	200	чай с сахаром 3493	200		200	чай с сахаром №493	200	хлеб пшеничный №108	100
	хлеб ржаной №190	170	хлеб ржаной №109	170		170	хлеб ржаной №109	170		
УЖИН 2 21-00	булочка "розовая" №558	70	картофельные оладьи №221	110			котлеты картофельные №206	150	расстегай с рыбой №539/611	75/35
	кисломолочная продукция №516	200	чай с сахаром №493	200	крендель сахарный №555	75	кисломолочная продукция	200	кисломолочная продукция №516	200
							батон сдобный №570	60		