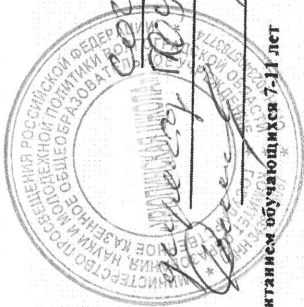




10. 02. 2023

4. Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша молочная жидкая малая ТТК №83	200	5,7	6,8	25,7	178,7	ТТК №83		
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337		2004
Каша с молоком с сахаром ТТК №305	200	2,1	3,8	15,3	108,4	ТТК №305		
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6		
Итого за прием пищи:	524	17,8	16,0	70,5	493,5			
Обед								
Огулец соленный ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4		
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47		
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4	281,5	ТТК №60		
Каша гречневая вязкая (гарнир) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1	146,3	ТТК №132		
Сок фруктовый (мультифруктовый) №707	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707		2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6		
Хлеб пеклеваемый	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7		
Итого за прием пищи:	830	32,3	30,7	130,4	851,4			
Всего за день:		50,1	46,7	200,9	1 344,9			

зав. производством