

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Себестоимость, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,74	2,12	6,67	2,01	26,24	185,05	12,09
800/1	Оладьи домашние (1/45)	45	3,62	0,00	1,32	1,50	24,25	122,73	10,00
1/12	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	7,70
2	Хлеб пшеничный	45	2,98	0,00	0,30	0,30	21,11	100,76	2,70
10	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	10,28
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	0,73
Итого за 'Завтрак'			14,68	4,36	18,11	3,83	94,32	592,91	
Обед									
3	Нарезка из свежих огурцов с луком репчатым	60	0,55	0,00	0,07	0,07	2,98	12,90	7,25
4/2	Свекольник со сметаной	200	1,75	0,00	4,37	4,22	13,81	97,16	11,90
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,36	0,04	3,81	0,62	45,92	236,10	10,94
12/8	Гуляш с томатом (вариант 1)	90	12,76	11,98	30,81	2,91	4,81	346,85	32,16
2	Хлеб пшеничный	45,2	2,99	0,00	0,30	0,30	21,20	101,20	2,71
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,23
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,29	69,02	3,95
10,1	Мандарин	100	0,80	0,00	0,20	0,20	9,40	40,60	25,00
Итого за 'Обед'			25,53	12,02	39,86	8,60	124,74	942,51	
Итого за день			40,21	16,38	57,97	12,43	219,07	1535,41	138,64
Итого с учетом организации питания									201,64