|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 15** | | | | | | | | | |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевая ценность** | | | **Энергетическая ценность (Ккал)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** | **Цена** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Завтрак** | **Оладья с маслом и сахаром** | 70 | 7,1 | 4,9 | 35,2 | 205,0 | 0,8 |  | **4,89** |
| Яйцо |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| Мука |  |  |  |  |  |  |  |
| Дрожжи |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло растительное |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с лимоном** | 200 | 3,8 | 3,9 | 20,8 | 130,1 | 1,3 |  | **4,97** |
| Лимон |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай |  |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | 30/7 | 3,12 | 6,27 | 17,28 | 151,07 |  |  | **6,06** |
| Хлеб пшеничный |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | **Свеж. помидор** | 15 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | 5,0 |  | **3,32** |
| **Суп рыбный с консервами «Сайра»**  Картофель | 200  100 | 7,2 | 0,5 | 9,2 | 81,5 | 5,9 |  | **7,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь |  |  |  |  |  |  |  |
| Лук |  |  |  |  |  |  |  |
| Консервы «Сайра» |  |  |  |  |  |  |  |
| Рис |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло растительное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Печень по-строгановски** | 13,8 | 9,2 | 8,6 | 175,1 | 5,1 |  | **7,92** |
| Печень говяжья |  |  |  |  |  |  |  |
| Мука | 120 |  |  |  |  |  |  |  |
| Лук |  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь |  |  |  |  |  |  |  |
| Томатная паста |  |  |  |  |  |  |  |
| **Макароны отварные** | 4,3 | 0,5 | 24 | 117,6 |  |  | **2,35** |
| Макаронные изделия |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | 32 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |  |  | **1,8** |
| **Компот из с/ф** | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,9 | 69,4 | 3.2 |  | **1,74** |
| Сухофрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | **Пряник** | 26 | 5,0 | 3,2 | 3,5 | 68 | 0,6 |  | **11,87** |
| **Чай с сахаром** | 200 | 2,9 | 3,2 | 19,7 | 114,8 | 0,7 |  | **1,22** |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | **Яйцо отварное** | 24  22  200 | 3,1 | 2,8 | 02 | 38,1 |  |  | **3,44** |
| **Зеленый горошек** | 0,9 | 0,1 | 2,2 | 17,4 | 7,8 |  | **2,24** |
| **Напиток из кураги** | 0,35 | 0 | 20,75 | 83,25 | 1,2 |  | **1,83** |
| Курага |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный** | 25 | 2,32 | 0,72 | 10,02 | 81,85 |  |  | **2,3** |