|  |
| --- |
| **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  | 200100 | 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**  | 2422200 | 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** |