

Ежедневное меню

4 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
7\2011 М	Сыр порция	10	2,32	5,27		36,00
238\2011 М	Запеканка из творога с морковью и сметаной кипяченой	130/20	15,16	26,93	30,90	304,20
338\2011 М	Фрукт свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
685\2004 Л	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00
701\2010 (Сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана)	Хлеб йодированный	40	3,04	1,12	20,56	104,48
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>21,12</b>	<b>33,72</b>	<b>76,26</b>	<b>546,68</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5