

[illegible]

№ 0

И. И. КОТОВ

Владимирский институт культуры

Одобрено: \_\_\_\_\_

Подпись: \_\_\_\_\_

М.П. \_\_\_\_\_

Министерство культуры Российской Федерации  
Владимирский институт культуры  
Учебно-методический кабинет  
Владимир, 2007

| Завтрак                 | Масса порции | Пищевые вещества, (г.) |                    |                       | Энергетич. ценность, кКал | рецептуры  |
|-------------------------|--------------|------------------------|--------------------|-----------------------|---------------------------|------------|
|                         |              | Белки                  | Жиры               | Углеводы              |                           |            |
| Суп мясной с вермишелью | 120          | 8,01 / 2,90            | 4,56 / 2,40        | 29,61 / 32,90         | 219,00 / 243,00           | Иртэнге аш |
| Мяс с картошкой         | 100 / 100    | 0,05 / 0,05            | 0,01 / 0,02        | 4,42 / 4,39           | 120 / 103,8               | Иртэнге аш |
| Омлет с сыром           | 250 / 1      | 3,50 / 4,00            | 5,95 / 6,00        | 12,90 / 12,23         | 119,10 / 122,0            | Иртэнге аш |
| Паштет                  | 250 / 1      | 0,34 / 0,40            | 0,14 / 0,40        | 10,40 / 12,00         | 150,00 / 153,00           | Иртэнге аш |
| Обед                    |              |                        |                    |                       |                           | Төшке аш   |
| Салат из моркови        | 30 / 50      | 0,80 / 0,45            | 0,05 / 0,06        | 3,00 / 2,50           | 140,00 / 140,00           | Иртэнге аш |
| Ветчина с овощами       | 150 / 150    | 2,10 / 2,00            | 5,90 / 7,90        | 0,40 / 12,80          | 100,00 / 153,00           | Иртэнге аш |
| Картофель на пару       | 300 / 1      | 3,00 / 10,90           | 2,90 / 2,90        | 12,00 / 15,00         | 146,00 / 153,00           | Иртэнге аш |
| Пюре из картофеля       | 160          | 13,50 / 0,5 / 0,6      | 14,40 / 0,03 / 0,0 | 35,00 / 12,50 / 15,00 | 303,00 / 53,10 / 63,00    | Иртэнге аш |
| Пюре из картофеля       | 30 / 30      | 1,5 / 1,8              | 0,3 / 0,4          | 11,5 / 12,0           | 66 / 82,5                 | Иртэнге аш |
| Полдник                 |              |                        |                    |                       |                           | Полдник    |
| Пюре из картофеля       | 40 / 50      | 0,40 / 1,00            | 1,60 / 2,00        | 3,00 / 11,50          | 100,00 / 195,00           | Иртэнге аш |
| Пюре из картофеля       | 100 / 100    | 3,00 / 2,44            | 2,50 / 2,45        | 4,50 / 5,00           | 54,10 / 61,0              | Иртэнге аш |
| Пюре из картофеля       | 100 / 100    | 2,8 / 10,4             | 11,33 / 13,4       | 9,1 / 12,0            | 113 / 210                 | Иртэнге аш |
| Пюре из картофеля       | 150 / 150    | 0,5 / 0,11             | 0,15 / 0,01        | 5,4 / 5,16            | 25,0 / 21                 | Иртэнге аш |
| Пюре из картофеля       | 40 / 40      | 1,6 / 1,6              | 0,2 / 0,2          | 9,8 / 9,8             | 44 / 44                   | Иртэнге аш |

123 м.с. Тасторкина И.И. *И.И. Тасторкин*

Шеф-повар Борисов Борисова Г.В.