		сахар	10
		кислота лимонная	0,0002
		витамин С порошок	0,00007
Хлеб ржано- пшеничный	20	хлеб ржано- пшеничный	20
Фрукты	200	яблоко	200

5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Мясо тушеное (курица)	60	курица	140
		томат	19
		лук	8
		масло сливочное	4
		масло растительное	3
		мука	6
Гарнир: капуста тушеная	100	капуста	120
		масло растительное	4
		сахар	3
		морковь	3
		лук	5
		мука	1
		томат	9
Сок натуральный	200	сок	200
Хлеб ржано- пшеничный	20	хлеб ржано- пшеничный	20

2 неделя
1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г	Ингредиенты	Брутто,г
Плов (курица)	120/50	курица	85
		рис	50
		молоко	10
		лук	10
		морковь	14
		масло растительное	10
		томат	5
Сузбеше	45	сузбеше	45
Чай с медом	200/10	чай	200
		мед	10
Хлеб ржано- пшеничный	20	хлеб ржано- пшеничный	20