

01.04.2025 г.

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Мg, мг	Ca, мг	Р, мг	Fe, мг		
суп молочный с крупой рисовой	150	3,61	3,81	12,62	99,3	0,05	0,7	22,9	1,04	17	119	103	0,18	94	2011
бутерброд с сыром	40\5\15	6,68	8,45	19,39	180	0,07	0,11	0,96	2,17	18,5	142	11,3	0,96	3	2011
чай с сахаром	180\10	0,04	0,01	6,99	28	0	0,02	0	0	0,9	8	1,6	0,19	392	
Итого за приём пищи:	400	10,33	12,27	39	307,3	0,12	0,83	23,86	3,21	36,4	270	116	1,33		
Обед															
суп картофельный с крупой перловой	180	1,8	2,01	12,24	74,34	0,06	4,95	0	1,2	15,9	15,5	52,4	0,61	80	2011
котлета рыбная запеченная	70\5	8,88	2,86	6,22	86	0,06	0,21	15	3,45	18,9	17,9	114	0,51	255	2011
пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,72	118,95	0,12	15,7	22,1	2,2	24,05	32	75	0,87	321	2011
компот из смеси с/х	180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,001	0,4	0	0,22	5,4	28,6	13,9	1,13	376	2011
хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8		
Итого за приём пищи:	605	16,9	9,13	80,49	475,39	0,301	21,26	37,1	7,07	77,45	103	290	3,92		
Полдник															
выпечка	35	2,7	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69		
какао с молоком	180	3,67	3,19	15,28	107	0,05	1,43	22	0,88	19,2	137	112	0,43	397	2011
Итого за приём пищи:	215	5,4	9,1	37,2	270,1	0,1	80,8	0,1	1,3	44,2	205	149	2,7		
Итого за день:	1220	32,63	30,5	156,69	1052,79	0,521	102,89	61,06	11,6	158,1	577	555	7,95		

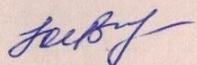
Заведующий

Стебловская Н.В.

01.04.2025 г.

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
суп молочный с крупой рисовой	130	3,13	3,3	10,94	86,06	0,04	0,6	19,9	0,9	15	103	89,3	0,16	94	2011
бутерброд с сыром	40\5\15	6,8	8,45	19,39	180	0,07	0,11	0,96	2,17	18,5	142	11,3	0,96	3	2011
Чай с сахаром	150\7	0,03	0,01	5,83	23	0	0,02	0	0	0,8	7	1,3	0,16	392	2011
Итого за приём пищи:	234	9,96	11,76	36,16	289,06	0,11	0,73	20,86	3,07	34,3	252	102	1,28		
Обед															
Суп картофельный с перловкой	150	1,5	1,68	10,2	61,95	0,06	4,95	0	1,2	15,9	15,5	52,4	0,61	80	2011
котлета рыбная	60\5	7,61	2,45	5,53	74	0,05	0,18	13	2,96	16,2	15,3	97,8	0,44	255	2011
пюре картофельное	110	2,25	3,52	14,99	100,65	0,1	13,3	18,7	1,9	20,35	27	63	0,74	321	2011
компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75	0,001	0,3	0	0,18	4,5	23,9	11,6	0,94	376	2011
хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8		
Итого за приём пищи:	450	14,85	7,75	70,87	415,75	0,271	18,73	31,7	6,24	70,15	90,9	260	3,53		
Полдник															
выпечка	35	2,7	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69		
какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	0,04	1,2	18	0,74	16,7	115	95,9	0,41	397	2011
Итого за приём пищи:	215	5,4	9,1	37,2	270,1	0,1	80,8	0,1	1,3	44,2	205	149	2,7		
Итого за день:	899	30,21	28,61	144,23	974,91	0,481	100,26	52,66	10,6	148,7	548	510	7,51		

Заведующий



Стебловская Н.В.