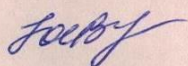


03.04.2025 г.

Завтрак																
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кка	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
запеканка из творога	80/10	14,03	9,64	13,73	199	0,21	0,19	59	3,3	17,76	12,3	168	0,56	237	2011	
чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,2	41	0	2,83	0	0,01	2,2	12,8	4	0,32	393	2011	
Итого за приём пищи:	265	14,15	9,66	23,93	240	0,21	3,02	59	3,31	19,96	25,1	172	0,88			
				Обед												
суп картофельный с горохом	180	3,95	3,79	11,21	97,02	0,2	4,2	0	1,82	25,4	27,4	62,8	1,4	81	2011	
биточки из говядины	70	10,42	7,87	10,47	154	0,006	0	17,5	5,24	20,3	12,4	102	1,04	282	2011	
каша перловая рассыпчатая	130/5	4	3,66	28,48	162,8	0,05	0	17,42	1,62	14,46	17,9	139	17,8	165	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			
компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,1	0,4	0	0,22	5,4	28,6	13,9	1,13	376	2011	
Итого за приём пищи:	575	21,93	15,42	94,47	609,92	0,416	4,6	34,92	8,9	78,76	95,5	353	22,2		2011	
				Полдник												
Печенье	30	2,7	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,8	14,5	11	37	0,7			
Чай с сахаром	180/10	0,04	0,01	6,99	28	0	0,02	0	0	0,9	8	1,6	0,19			
Итого за приём пищи:	30	2,74	1,66	25,29	225,4	0,09	0,02	2,31	0,8	15,4	19	38,6	0,89			
Всего за день:	1150	38,82	26,74	143,69	1075,32	0,716	7,64	96,23	13	114,1	140	564	23,9			

Заведующий



Стебловская Н.В.

03.04.2025 г.

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			энергетическая ценность, кка	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
запеканка из творога	70/10	12,28	8,44	12,01	174	0,18	0,17	52	2,9	15,54	10,8	147	0,49	237	2011
чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0,01	8,5	34,2	0	2,36	0	0,01	1,8	10,7	3,3	0,26	393	2011
Итого за приём пищи:	265	12,38	8,45	20,51	208,2	0,18	2,53	52	2,91	17,34	21,5	151	0,75		
				Обед											
суп картофельный с горохом	150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,14	3,49	0	1,52	21,18	22,9	52,3	1,22	81	2011
биточки из говядины	50	7,44	5,62	7,48	110	0,04	0	12,5	3,74	14,5	8,83	72,9	0,74	282	2011
каша рассыпчатая перловая	110/5	3,41	3,1	24,26	138,7	0,04	0	14,84	1,38	12,32	15,2	119	15,2	165	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		
компот из смеси сушеных фруктов	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
Итого за приём пищи:	575	17,63	11,98	81,68	508,7	0,281	3,79	27,34	6,82	65,7	80	290	18,9		2011
				Полдник											
Печенье	30	2,7	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,8	14,5	11	37	0,7		
Чай с сахаром	150	0,03	0,01	5,83	23	0	0,02	0	0	0,8	7	1	0,15		
Итого за приём пищи:	180	2,73	1,66	24,13	220,4	0,09	0,02	2,31	0,8	15,3	18	38	0,85		
Всего за день:	1150	32,74	22,09	126,32	937,3	0,551	6,34	81,65	10,5	98,34	119	479	20,5		

Заведующий

Лобова

Стебловская Н.В.