

04.04.2025 г.

| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|-------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|-------|--------|-------------|------------------|--|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса | 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 | Mg, мг | Ca, мг | P, мг | Fe, мг | | | |
| омлет натуральный | 85 | 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157 | 0,05 | 0,15 | 191 | 2,36 | 10,4 | 62,8 | 139 | 1,54 | 215 | 2011 | |
| икра кабачковая | 30 | 1 | 2,6 | 5,23 | 48,17 | 0,01 | 1,7 | 0 | 0 | 6,5 | 32,8 | 20,1 | 0,3 | | | |
| хлеб пшеничный | 30 | 10,1 | 0,06 | 14,49 | 70,8 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 10 | 7 | 26 | 0,6 | | | |
| чай с сахаром | 180 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 28 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0,9 | 8 | 1,6 | 0,19 | 392 | 2011 | |
| Итого за приём пищи: | 325 | 18,66 | 16,13 | 28,22 | 303,97 | 0,11 | 1,87 | 191 | 2,36 | 27,8 | 111 | 186 | 2,63 | | | |
| | | | | Обед | | | | | | | | | | | | |
| суп картофельный с вермшелью | 180 | 1,9 | 2,04 | 12,34 | 75,42 | 0,08 | 5,94 | 0 | 1,39 | 19,44 | 17,7 | 48 | 0,8 | 82 | 2011 | |
| фрикадельки из птицы | 70 | 12,47 | 1,01 | 6,16 | 84 | 0,05 | 0 | 0 | 0,4 | 17,15 | 7,7 | 90,3 | 0,96 | 305 | 2011 | |
| пюре картофельное | 130 | 2,66 | 4,16 | 17,71 | 118,95 | 0,12 | 15,7 | 22,1 | 2,2 | 24,05 | 32 | 75 | 0,87 | 321 | 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 свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 21,49 | 87,84 | 0,07 | 1,55 | 0 | 0,14 | 3,24 | 13 | 3,9 | 6,77 | 372 | 2011 | |
| Итого за приём пищи: | 600 | 20,33 | 7,43 | 77,02 | 460,61 | 0,38 | 23,19 | 22,1 | 4,13 | 77,08 | 79,6 | 252 | 10,2 | | | |
| | | | | Полдник | | | | | | | | | | | | |
| Выпечка пром.произ-ва | 40 | 2,72 | 1,65 | 18,3 | 197,4 | 0,09 | 0 | 2,31 | 0,79 | 14,5 | 11 | 37 | 0,69 | | | |
| кофейный напиток с молоком | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91 | 0,04 | 1,17 | 18 | 0,7 | 12,6 | 113 | 8,1 | 0,12 | | | |
| Итого за приём пищи: | 180 | 44,33 | 16,88 | 174,36 | 1134,2 | 0,81 | 41,61 | 64,51 | 8,36 | 161,8 | 266 | 501 | 20,4 | | | |
| Всего за день: | 1105 | 83,32 | 40,44 | 279,6 | 1898,78 | 1,3 | 66,67 | 277,6 | 14,9 | 266,7 | 456 | 939 | 33,2 | | | |

Заведующий

Стебловская Н.В.

04.04.2025 г.

Завтрак

| Прием пищи, наименование блюда | Масса | 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 | Mg, мг | Ca, мг | P, мг | Fe, мг | | |
| омлет натуральный | 65 | 8,73 | 11,04 | 1,1 | 127 | 0,04 | 0,1 | 150 | 1,8 | 7,8 | 46,4 | 105 | 1,18 | 215 | 2011 |
| икра кабачковая | 30 | 1 | 2,6 | 5,23 | 48,17 | 0,01 | 1,7 | 0 | 0 | 6,5 | 32,8 | 20,1 | 0,3 | | |
| хлеб пшеничный | 30 | 10,1 | 0,06 | 14,49 | 70,8 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 10 | 7 | 26 | 0,6 | | |
| чай с сахаром | 150/7 | 0,03 | 0,01 | 5,83 | 23 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0,75 | 6,6 | 1,3 | 0,16 | 392 | 2011 |
| Итого за приём пищи: | 125 | 19,86 | 13,71 | 26,65 | 268,97 | 0,1 | 1,82 | 150 | 1,8 | 25,05 | 92,8 | 153 | 2,24 | | |
| | | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 1,61 | 1,7 | 10,28 | 62,85 | 0,07 | 4,95 | 0 | 1,16 | 16,2 | 14,8 | 40 | 0,65 | 82 | 2011 |
| фрикадельки из птицы | 50 | 8,91 | 0,72 | 4,4 | 60 | 0,03 | 0 | 0 | 0,3 | 12,25 | 5,5 | 64,5 | 0,69 | 305 | 2011 |
| пюре картофельное | 110 | 2,24 | 3,52 | 14,99 | 100,65 | 0,1 | 13,3 | 18,7 | 1,9 | 20,35 | 27 | 63 | 0,74 | 321 | 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 свежих яблок | 150 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73,2 | 0,06 | 1,29 | 0 | 0,12 | 2,7 | 10,9 | 3,3 | 5,64 | 372 | 2011 |
| Итого за приём пищи: | 500 | 16,04 | 6,14 | 66,9 | 391,1 | 0,32 | 19,54 | 18,7 | 3,48 | 64,7 | 67,4 | 206 | 8,52 | | |
| | | | | Полдник | | | | | | | | | | | |
| Выпечка пром.произ-ва | 35 | 2,72 | 1,65 | 18,3 | 197,4 | 0,09 | 0 | 2,31 | 0,79 | 14,5 | 11 | 37 | 0,69 | | |
| кофейный напиток с молоком | 150 | 2,34 | 2 | 10,63 | 70 | 0,03 | 0,98 | 15 | 0,6 | 10,5 | 94,3 | 67,5 | 0,1 | 395 | 2011 |
| Итого за приём пищи: | 180 | 35,53 | 14,23 | 152,45 | 986,75 | 0,69 | 35,11 | 54,71 | 7,19 | 138,2 | 225 | 476 | 17,2 | | |
| Всего за день: | 805 | 71,43 | 34,08 | 246 | 1646,82 | 1,11 | 56,47 | 223,4 | 12,5 | 228 | 385 | 834 | 27,9 | | |

Заведующий

Стебловская Н.В.