

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак													№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества								
		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 гречневой	130	3,88	3,56	11,1	92,04	0,07	0,6	19,9	1,48	30,2	105	0,73	108	94	2011			
хлеб пшеничный	40	10,1	0,06	14,49	70,8	0,05	0	0	0	10	7	26	0,6					
какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	0,04	1,2	18	0,74	16,7	115	95,6	0,41	397	2011			
Итого за приём пищи:	320	17,13	6,34	38,55	251,84	0,16	1,8	37,9	2,22	56,9	226	122	109					
		Обед																
суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,7	10,29	62,85	0,07	4,95	0	1,16	16,2	14,8	40	0,65	82	2011			
котлеты рубленые из птицы	50	9,32	1,97	7,78	85,83	0,05	0	5,83	0,51	14,08	7	0,83	70,6	305	2011			
каша ячневая рассыпчатая	110/5	3,67	3,16	23,64	123,2	0,08	0	14,84	1,75	18,18	30,5	0,68	126	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 сухофруктов	150	0,3	0,02	20,83	84,75	0,001	0,3	0	0,18	4,5	23,9	11,5	0,94	376	2011			
Итого за приём пищи:	390	18,06	6,93	81,86	451,03	0,261	5,25	20,67	3,6	66,16	85,4	87,8	199					
				Полдник														
булочка	50	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	0	0,1	32	22	4,4		2011			
чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0,02	8,5	34	0	2,35	0	0,01	1,8	10,7	3,3	0,3	393	2011			
Итого за приём пищи:	50	0,5	0,42	18,3	81	0	12,35	0	0,01	1,9	42,7	25,3	4,7					
Всего за день:	760	35,69	13,69	138,71	783,87	0,421	19,4	58,57	5,83	125	354	235	312					

Заведующий

Стебл

Н.В. Стебловская

Завтрак														№ рецептуры	Сборник рецептур
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества					
		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 гречневой	150	4,48	4,11	12,81	106,2	0,08	0,7	22,95	0,5	34,85	121	124	0,8	94	2011
хлеб пшеничный	40	10,1	0,06	14,49	70,8	0,05	0	0	0	10	7	26	0,6		
какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	0,05	1,43	22	0,88	19,2	137	112	0,43	397	2011
Итого за приём пищи:	370	18,25	7,36	43,12	284	0,18	2,13	44,95	1,38	64,05	265	262	1,83		
Обед															
суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,9	2,04	12,34	75,42	0,1	5,94	0	1,39	19,44	17,7	47,9	0,78	82	2011
котлеты рубленые из птицы	70	13,09	2,75	10,88	120,16	0,07	0	8,1	0,71	19,7	9,8	98,8	1,2	305	2011
каша ячневая рассыпчатая	130/5	4,31	3,71	27,75	144,6	0,09	0	12,92	2,05	21,34	35,8	148	0,8	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 смеси сухофруктов	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
Итого за приём пищи:	470	22,86	8,6	95,28	536,28	0,321	6,34	21,02	4,37	79,08	101	343	4,71		
Полдник															
булочка	50	0,4	0,4	9,8	47	0	10	0	0	0,1	32	22	4,4		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:	50	0,12	0,02	10,2	41	0	2,83	0	0,01	2,2	12,8	4	73,2		
Всего за день:	890	41,23	15,98	148,6	861,28	0,501	11,3	65,97	5,76	145,3	379	609	79,7		

Заведующий

Н.В. Стебловская

Н.В. Стебловская