

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	Са, мг	Р, 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	
<b>Итого за приём пищи:</b>	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 сухафруктов	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			
<b>Итого за приём пищи:</b>	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	
<b>Итого за приём пищи:</b>	215	5,4	9,1	37,2	270,1	0,1	80,8	0,1	1,3	44,2	205	149	2,7			
<b>Итого за день:</b>	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.

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	Mg, мг	Ca, мг	P, 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	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>400</b>	<b>10,33</b>	<b>12,27</b>	<b>39</b>	<b>307,3</b>	<b>0,12</b>	<b>0,83</b>	<b>23,86</b>	<b>3,21</b>	<b>36,4</b>	<b>270</b>	<b>116</b>	<b>1,33</b>		
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		
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>605</b>	<b>16,9</b>	<b>9,13</b>	<b>80,49</b>	<b>475,39</b>	<b>0,301</b>	<b>21,26</b>	<b>37,1</b>	<b>7,07</b>	<b>77,45</b>	<b>103</b>	<b>290</b>	<b>3,92</b>		
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>215</b>	<b>5,4</b>	<b>9,1</b>	<b>37,2</b>	<b>270,1</b>	<b>0,1</b>	<b>80,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,3</b>	<b>44,2</b>	<b>205</b>	<b>149</b>	<b>2,7</b>		
<b>Итого за день:</b>	<b>1220</b>	<b>32,63</b>	<b>30,5</b>	<b>156,69</b>	<b>1052,79</b>	<b>0,521</b>	<b>102,89</b>	<b>61,06</b>	<b>11,6</b>	<b>158,1</b>	<b>577</b>	<b>555</b>	<b>7,95</b>		

Заведующий



Стебловская Н.В.