

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак												№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества					
		Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, 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

Стебловская

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		B1, мг	C, мг	A, мг	E, 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

Г.В.В.В.

Н.В. Стебловская