

31.03.2025 г.

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 макаронными изделиями	150	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	22,2	11,3	91,1	2,4	93	2011
хлеб пшеничный	30	10,1	0,06	14,49	70,8	0,05	0	0	0	10	7	26	0,6	701	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:	377	23,12	13,58	36,49	331,6	0,05	2,83	0	0,41	34,4	31,1	121	3,32		
Обед															
борщ с фасолью и картофелем	180	2,55	3,67	10,46	85,14	0,07	4,54	0	0	24,84	36,2	70,6	1,22	63	2011
шницель из говядины	70	10,41	7,86	10,46	154	0,6	0	8,9	4,9	20,3	12,3	102	1,04	282	2011
капуста тушеная	130	106,5	4,3	12,34	97,6	0,04	22,4	0	1,5	27	72	52	1,06	336	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		
кисель из повидла	180	0,07	0	20,03	80,46	0,002	0,07	0	0,01	1,21	9,5	4,7	0,3	383	2011
Итого за приём пищи:	600	122,69	15,91	72,61	511,6	0,772	27,01	8,9	6,41	86,55	139	264	4,42		
Полдник															
печенье	30	2,7	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,8	14,5	11	37	0,7		
молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	0,08	2,46	38	1,51	26,5	227	0,19	170	400	2011
Итого за приём пищи:	210	8,18	6,53	27,37	299,4	0,17	2,46	40,31	2,31	41	238	37,2	171		
Всего за день:	1197	153,99	36,02	136,47	1142,6	0,992	32,3	49,21	9,13	162	408	422	179		

Заведующий

Стебловская Н.В.

Стебловская Н.В.

31.03.2025 г.

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 макаронными изделиями	130	11,2	11,7	10,2	190,5	0	0	0	0,3	19,2	9,8	78,9	2,1	93	2011
хлеб пшеничный	30	10,1	0,06	14,49	70,8	0,05	0	0	0	10	7	26	0,6		
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:	313	21,4	11,77	33,19	295,5	0,05	2,36	0	0,31	31	27,5	108	2,96		
Обед															
борщ с фасолью и картофелем	150	2,13	3,06	8,72	70,95	0,06	3,78	0	0	20,7	30,2	58,8	1,02	63	2011
шницель из шовядины	50	7,44	5,62	7,48	110	0,09	0	8,9	3,5	14,5	8,8	73	0,74	282	2011
капуста тушеная	110	90,08	3,6	10,4	82,6	0,03	18,9	0	1,3	23	61	44	0,9	132	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		
кисель из повидло	150	0,06	0	16,7	67,05	0,002	0,06	0	0	1,01	7,9	3,9	0,2	342	2011
Итого за приём пищи:	500	102,87	12,36	62,62	425	0,242	22,74	8,9	4,8	72,41	117	215	3,66		
Полдник															
печенье	30	2,7	1,65	18,3	197,4	0,1	0	2,31	0,8	14,5	11	37	0,7		
молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	0,06	2,05	32	1,26	22,1	190	0,16	142	400	2011
Итого за приём пищи:	150	7,28	5,73	25,88	282,4	0,16	2,05	34,31	2,06	36,6	201	37,2	143		
Всего за день:	963	131,55	29,86	121,69	1002,9	0,452	27,15	43,21	7,17	140	345	360	150		

Заведующий

Стебловская Н.В.

Стебловская Н.В.