

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества			л		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г												
суп молочный с крупой ячневой	150	4,17	3,9	13,76	132,4	0,07	0,68	22,95	1,4	18,65	127	129	0,3	94	2011	
бутерброд с сыром	30/10/15	6,68	8,45	19,39	180	0,07	0,11	0,96	2,17	18,5	142	111	0,96	3	2011	
кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	0,04	1,17	18	0,72	12,6	113,2	8,1	0,12	395	2011	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>370</b>	<b>13,7</b>	<b>14,76</b>	<b>47,51</b>	<b>403,4</b>	<b>0,18</b>	<b>1,96</b>	<b>41,91</b>	<b>4,29</b>	<b>49,75</b>	<b>269</b>	<b>248</b>	<b>1,38</b>			
				Обед												
суп картофельный с фасолью	180	3,7	3,9	11,62	95,94	0,11	4,19	1,3	1,7	27,58	36,2	99,3	1,3	81	2011	
котлеты из говядины	70/5	10,42	7,86	10,47	154	0,6	0	17,5	5,24	20,3	12,4	102	1,03	282	2011	
пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,72	118,85	0,12	15,7	22,1	2,35	24,05	32	75	0,85	321	2011	
салат из свеклы	50	0,71	3,04	4,18	46,95	0,01	4,75	0	0,2	10,45	17,6	20,5	0,7	33	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	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>580</b>	<b>17,09</b>	<b>15,28</b>	<b>73,18</b>	<b>502,04</b>	<b>0,86</b>	<b>22</b>	<b>39,6</b>	<b>7,93</b>	<b>71,24</b>	<b>84,2</b>	<b>236</b>	<b>10,2</b>			
				Полдник												
Выпечка пром-го произ-ва	35	2,72	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69			
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	2011	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>35</b>	<b>36,94</b>	<b>32,22</b>	<b>171,65</b>	<b>1229,48</b>	<b>1,81</b>	<b>44,02</b>	<b>81,51</b>	<b>16,7</b>	<b>157,9</b>	<b>187</b>	<b>511</b>	<b>21,2</b>			
<b>Всего за день:</b>	<b>985</b>	<b>67,73</b>	<b>62,26</b>	<b>292,34</b>	<b>2134,92</b>	<b>2,85</b>	<b>67,98</b>	<b>163</b>	<b>28,9</b>	<b>278,9</b>	<b>541</b>	<b>996</b>	<b>32,7</b>			

Заведующий



Н.В. Стебловская

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак													№ рецептуры	Сборник рецептов 2011
		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 ячневой	130	3,62	3,36	11,93	92,43	0,06	0,6	19,9	1,22	16,2	110	0,26	112	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	111	0,96	1	2011	
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	
<b>Итого за приём пищи:</b>	370	12,64	13,81	41,95	342,43	0,16	1,69	35,86	3,99	45,2	347	179	113			
				Обед												
суп картофельный с фасолью	150	3,08	3,21	9,68	79,95	0,09	3,5	1,08	1,42	22,98	30,2	1,08	82,8	81	2011	
котлеты из говядины	50/5	7,44	5,62	7,48	110	0,43	0	12,5	3,74	14,5	8,83	0,74	72,9	282	2011	
пюре картофельное	130	2,25	3,52	14,99	100,65	0,1	13,3	18,7	2,2	24,05	32	75	0,87	321	2011	
салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	37,56	0,01	3,8	0	0,15	8,36	14,1	0,53	16,4	33	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	
<b>Итого за приём пищи:</b>	510	13,54	11,78	63,04	415,81	0,66	18,39	31,2	6,21	62,81	75	114	96,6			
				Полдник												
Выпечка пром-го произ-ва	35	2,72	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69			
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>	35	29,83	25,22	150,21	1052,02	1,41	36,8	64,71	13,2	140,9	168	267	194			
<b>Всего за день:</b>	915	56,01	50,81	255,2	1810,26	2,23	56,88	131,8	23,4	248,9	590	560	404			

Заведующий



Н.В. Стебловская

