

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			
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>320</b>	<b>17,13</b>	<b>6,34</b>	<b>38,55</b>	<b>251,84</b>	<b>0,16</b>	<b>1,8</b>	<b>37,9</b>	<b>2,22</b>	<b>56,9</b>	<b>226</b>	<b>122</b>	<b>109</b>					
		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			
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>390</b>	<b>18,06</b>	<b>6,93</b>	<b>81,86</b>	<b>451,03</b>	<b>0,261</b>	<b>5,25</b>	<b>20,67</b>	<b>3,6</b>	<b>66,16</b>	<b>85,4</b>	<b>87,8</b>	<b>199</b>					
				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			
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>50</b>	<b>0,5</b>	<b>0,42</b>	<b>18,3</b>	<b>81</b>	<b>0</b>	<b>12,35</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>1,9</b>	<b>42,7</b>	<b>25,3</b>	<b>4,7</b>					
<b>Всего за день:</b>	<b>760</b>	<b>35,69</b>	<b>13,69</b>	<b>138,71</b>	<b>783,87</b>	<b>0,421</b>	<b>19,4</b>	<b>58,57</b>	<b>5,83</b>	<b>125</b>	<b>354</b>	<b>235</b>	<b>312</b>					

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		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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>370</b>	<b>18,25</b>	<b>7,36</b>	<b>43,12</b>	<b>284</b>	<b>0,18</b>	<b>2,13</b>	<b>44,95</b>	<b>1,38</b>	<b>64,05</b>	<b>265</b>	<b>262</b>	<b>1,83</b>		
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>470</b>	<b>22,86</b>	<b>8,6</b>	<b>95,28</b>	<b>536,28</b>	<b>0,321</b>	<b>6,34</b>	<b>21,02</b>	<b>4,37</b>	<b>79,08</b>	<b>101</b>	<b>343</b>	<b>4,71</b>		
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>50</b>	<b>0,12</b>	<b>0,02</b>	<b>10,2</b>	<b>41</b>	<b>0</b>	<b>2,83</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>2,2</b>	<b>12,8</b>	<b>4</b>	<b>73,2</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>890</b>	<b>41,23</b>	<b>15,98</b>	<b>148,6</b>	<b>861,28</b>	<b>0,501</b>	<b>11,3</b>	<b>65,97</b>	<b>5,76</b>	<b>145,3</b>	<b>379</b>	<b>609</b>	<b>79,7</b>		

Заведующий

*Н.В. Стебловская*

Н.В. Стебловская