

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо- ды	Энергитичес- кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша гречневая вязкая молочная	1/180/5	8,86	5,98	39,81	248	0,12	0	0,46	0,4	29	42	54	10,9	165	2011
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Бутерброд с маслом сливочным	1/30/10	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5	1	2011
Итого		10,14	6,14	57,76	325,970	0,13	0,03	0,50	0,09	39,3	55,7	81	11,59		
Суп картофельный с бобами	1/180	4,39	4,22	13,06	107,8	0,17	4,65	-	-	25,67	27,69	63,4	2,6	81	2011
Биточки из птицы	1/80	11,93	12,62	8,09	194,0	0,03	0,24	34	-	17,49	10,8	85,5	0,92	306	2011
Каша ячневая рассыпчатая	1/130	4,94	4,28	31,86	186,0	0,03	16,37	0	0,4	40,4	55,8	19,7	0,75	336	2011
Салат из свеклы	1/50	0,71	0	3,04	46,95	4,18	-	-	0,6	19,64	17,89	48,47	0,79	33	2011
Компот из сухофруктов	1/180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/50	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
Итого		26,01	21,8	102,69	712,5	0,37	0,64	74,47	0,81	91,47	84,03	315,06	6,97		
Кисель из сока фруктового	1/180	0,57	0,06	30,2	123,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Крендель сахарный	1/50	3,54	6,57	27,87	185,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
Итого		4,11	6,63	58,07	308,6	0,19	0	2,31	1,49	20,2	16,4	63,1	1,89		
Итого за день		51,94	39,14	192,03	1328,9	0,57	2,27	76,82	2,85	136,57	120,23	470,16	11,25		

Заведующий



Швоева М.Ф.

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо- ды	Энергитичес- кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша гречневая вязкая молочная	1/150/5	5,9	3,99	26,54	165,33	0,12	0	0,46	0,4	29	42	54	10,9	165	2011
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Бутерброд с маслом сливочным	1/30/10	1,22	0,14	7,96	37,97	0,001		0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5	1	2011
Итого		18,41	9,05	24,99	254,6	0,01	1,63	0,04	0,55	24,9	19,8	92,0	2,39		
Суп катофельный с бобами	1/150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,14	3,49	-	-	21,07	22,73	52,04	1,21	81	2011
Биточки из птицы	1/60	8,95	9,46	6,07	145,5	0,06	0	7	-	16,9	8,4	84,7	0,99	306	2011
Каша ячневая рассыпчатая	1/100	3,29	2,85	21,24	124,00	0,03	16,37	0	0,4	40,4	55,8	19,7	0,75	336	2011
Салат из свеклы	1/30	0,43	0	1,82	2,51	28,17	-	-	2,85	19,74	17,49	8,47	0,79	33	2011
Компот из сухофруктов	1/150	0,33	0,02	20,83	84,75	0,1	-	-	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
Хлеб пшеничный	1/50	2,37	0,3	14,49	71	0,02	-	0,05	0,06	9,9	6,9	26,1	0,6		
Хлеб ржаной	1/20	1,98	0,36	10,2	52	0,05	-	0,42	0,05	0,42	10,5	0,05	1,17		
Итого		216,23	16,15	82,62	558,1	0,39	0,3	47,47	0,81	87,07	79,06	310,44	6,96		
Кисель из сока фруктового	1/150	0,43	0,04	22,88	93,6	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	382	2011
Крендель сахарный	1/50	3,54	6,57	27,87	185,00	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
Итого		3,97	6,61	50,75	278,6	0,19	0	2,31	1,49	20,2	16,4	63,1	1,89		
Итого за день		238,61	31,81	158,36	1091,3	0,59	1,93	49,82	2,85	132,17	115,26	465,54	11,24		

Заведующий:

Швиева М.Ф.

