

04.03.2025г

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша рисовая вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,0	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром и лимоном	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
<b>Итого</b>		<b>5,55</b>	<b>5,02</b>	<b>47,27</b>	<b>255,97</b>	<b>0,11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>3,75</b>	<b>64,5</b>	<b>60,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1,5</b>		
Суп катофельный 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
Котлета из говядины	1/70	8,46	9,29	7,53	147,88	0,1	6	0,2	0,4	21	56,7	54	0,9	282	2011
Макароны отварные	1/130	7,57	4,63	36,31	278	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	205	2011
Салат из свеклы	1/50	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75	6	-	-	19,64	17,89	48,47	0,79	33	2011
Компот из свежих фруктов	1/180	0,14	0,12	21,49	87,84	0	0,03	0	0	104	11,1	2,8	0,28	373	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		
<b>Итого</b>		<b>29,98</b>	<b>17,45</b>	<b>95,29</b>	<b>659,64</b>	<b>0,37</b>	<b>4,81</b>	<b>15,81</b>	<b>7,01</b>	<b>170,03</b>	<b>77,98</b>	<b>209,91</b>	<b>5,74</b>		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Печенье пром. пр-ва	1шт.	2,51	0,96	16,79	89,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	472	2011
<b>Итого</b>		<b>2,57</b>	<b>0,98</b>	<b>26,78</b>	<b>129,0</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>2,31</b>	<b>0,79</b>	<b>15,4</b>	<b>19</b>	<b>5,4</b>	<b>0,89</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>38,1</b>	<b>23,45</b>	<b>169,34</b>	<b>1044,61</b>	<b>0,57</b>	<b>5,37</b>	<b>18,16</b>	<b>11,55</b>	<b>249,93</b>	<b>157,78</b>	<b>480,41</b>	<b>8,13</b>		

Заведующий:



Швеева М.Ф.

04.03.2025г.

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп туры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Каша рисовая вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,0	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	168	2011
Хлеб пшеничный	1/30	1,22	0,14	7,96	37,97	0,01	-	0,04	0,05	9,6	6,7	25,4	0,5		
Чай с сахаром и лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	393	2011
<b>Итого</b>		<b>5,53</b>	<b>5,01</b>	<b>44,27</b>	<b>243,97</b>	<b>0,11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>3,75</b>	<b>64,5</b>	<b>60,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1,49</b>		
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
Котлета из говядины	1/50	5,88	6,6	4,86	102,5	0,1	6	0,2	0,4	21	31,67	54	09	282	2011
Макароны отварные	1/100	5,68	4,36	27,25	171	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	205	2011
Салат из свеклы	1/30	0,57	2,43	3,34	37,56	4,95	6	-	-	14,7	17,89	48,47	0,79	134	2011
Компот из свежих фруктов	1/150	0,12	0,12	17,91	73,2	0	0,03	0	0	104	11,1	2,8	0,28	373	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		
<b>Итого</b>		<b>23,61</b>	<b>13,29</b>	<b>79,47</b>	<b>533,22</b>	<b>0,31</b>	<b>3,62</b>	<b>12,27</b>	<b>5,41</b>	<b>158,5</b>	<b>67,99</b>	<b>171,42</b>	<b>4,1</b>		
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
Печенье пром. пр-ва	1шт.	2,51	0,96	16,79	89,0	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	472	
<b>Итого</b>		<b>2,55</b>	<b>0,97</b>	<b>23,78</b>	<b>117,0</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>2,31</b>	<b>0,79</b>	<b>15,2</b>	<b>18</b>	<b>5,3</b>	<b>0,88</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>31,69</b>	<b>19,27</b>	<b>147,52</b>	<b>894,19</b>	<b>0,51</b>	<b>4,18</b>	<b>16,62</b>	<b>9,95</b>	<b>238,2</b>	<b>146,79</b>	<b>441,82</b>	<b>6,47</b>		

Заведующий:



Швоева М.Ф.