

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборн ик рецепт ур
		Белки	Жиры	Угледо ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи со сгущенным молоком	1/120/20	9,06	8,11	55,15	330,0	0,1	0	0	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	448/449	2011
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
Итого		9,12	8,13	65,14	370,0	0,1	0,03	0	0,8	8,6	18,2	42,3	1,0		
Суп картофельный с вермишелью	1/180	2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	0,35	-	-	14,7	20,4	0,03	0,83	82	2011
Плов из птицы	50/130	25,8	9,9	50,7	422,8	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	265	2005
Салат из капусты	1/50	0,704	0	2,54	43,7	-	16,22	0,013	0,17	18,68	-	-	0,25	20	2011
Кисель из повидла	1/180	0,14	0,12	21,49	87,84	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	383	2005
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		32,44	12,95	110,59	717,44	6,85	4,25	0,71	3,16	65,08	69,4	247,28	6,17		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Пряник пр. пр-ва	1 шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
Итого		2,76	1,67	28,29	237,14	-	2,3	0,79	14,5	11,9	45	2,39	0,2		
Итого за день		44,32	22,75	204,02	1324,58	6,95	6,58	1,5	18,46	85,58	132,6	291,97	7,37		

Заведующий:

Швоева М.Ф.



Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборн ик рецепт ур
		Белки	Жиры	Угледво ды	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи со сгущенным молоком	1/60/10	4,56	4,06	27,75	166,0	0,1	0	0	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	448/449	2011
Чай с сахаром и лимоном	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	393	2011
Итого		4,6	4,07	34,74	194,0	0,1	0,03	0	0,8	8,6	18,2	42,3	1,0		
Суп картофельный с вермишелью	1/150	1,61	1,7	10,28	62,85	4,95	6,0	-	-	19,64	17,89	48,47	0,79	82	2011
Плов из птицы	40/100	22,35	7,35	41,4	358,5	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	265	2005
Салат из капусты	1/50	0,704	2,54	4,5	43,7	-	16,22	0,13	0,017	18,68	0,25	-	20	33	2011
Кисель из повидла	1/150	0,12	0,12	17,91	73,2	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	383	2005
Хлеб пшеничный	1/30	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		28,43	9,83	94,28	617,55	5,2	9,9	0,71	3,16	65,08	69,4	247,28	6,17		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Пряник пр. пр-ва	1шт.	2,7	1,65	18,3	197,14	-	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69	-		
Итого		2,74	1,66	25,29	225,14	-	2,34	0,79	14,5	20	45	2,39	0,19		
Итого за день		35,77	15,56	154,31	1036,69	5,3	12,27	1,5	18,46	85,58	132,6	291,97	7,37		

Заведующий:



Швоева М.Ф.