

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые витамины				Витамины				Минеральные вещества				№ рецепту ры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Угледо ы	Энергитичес кая ценность	В 1 мг	С мг	А мг	Е мг	Mg	Ca	P	Fe		
Оладьи с повидлом	1/120/20	9,84	3,07	52,30	276,22	0,11	0,88	20	5	19,4	22,7	62,7	1,2	448/449	2011
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	
Итого		9,9	3,09	62,29	316,22	0,11	0,91	20	5	20,3	30,7	64,4	1,4		
Суп картофельный с крупой	1/180	2,14	2,24	13,71	83,6	0,23	6,6	-	0,81	18,18	16,76	45,49	0,64	80	2011
Рыба тушенная в томате с овощами	1/80	16,73	6,53	8,26	190,19	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	229	2005
Картофельное пюре	1/130	3,62	4,16	17,72	118,95	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	321	2011
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
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		27,41	13,65	94,58	639,34	0,48	32,7	0,91	6,27	95,96	120,26	344,54	7,28		
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. производства	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
Итого		3,81	1,67	31,82	219,0	0	2,39	0,8	14,9	12,2	45,6	2,49	0,2		
Итого за день		41,12	18,41	188,69	1174,56	0,59	36,0	21,71	26,17	128,46	196,56	411,43	8,88		

Заведующий:

Швоева М.Ф.



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		
Оладьи с повидлом	1/60/10	4,56	4,06	27,75	166,0	0,1	0	12	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	448/449	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
Итого		4,6	4,07	34,74	194,0	0,1	0,03	12	0,8	8,4	17,2	43,2	0,99		
Суп картофельный с крупой	1/150	1,60	1,68	10,28	62,7	0,11	4,95	-	-	14,92	14,40	37,34	0,53	80	2011
Рыба тушенная в томате с овощами	1/60	12,54	4,9	6,2	142,64	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	229	2005
Картофельное пюре	1/100	3,06	3,52	14,99	100,65	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	321	2011
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
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		21,98	10,44	79,04	522,59	0,36	31,05	0,91	5,46	92,7	117,9	336,39	7,17		
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. производства	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
Итого		3,81	1,67	31,82	219,0	0	2,39	0,8	14,9	12,2	45,6	2,39	0,19		
Итого за день		30,39	16,18	145,6	935,59	0,46	33,47	13,71	21,16	113,3	180,7	381,98	8,35		

Заведующий



Швовева М.Ф.