

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 манная жидкая молочная	1/180/5	2,40	3,82	21,04	128,0	0	1,3	0	0,3	35,2	61,8	108	0,5	185	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	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>3,68</b>	<b>3,98</b>	<b>38,99</b>	<b>205,97</b>	<b>0,01</b>	<b>1,33</b>	<b>0,04</b>	<b>0,35</b>	<b>45,5</b>	<b>75,5</b>	<b>135,0</b>	<b>1,19</b>		
Суп картофельный с клецками	1/180	4,18	5,02	23,2	154,7	0,03	2,9	1	1	11,8	55,7	35,6	1,43	108	2005
Котлета из рыбы	1/70	9,28	2,99	9,68	103,0	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	239	2005
Каша гречневая рассыпчатая	1/130	8,86	5,98	39,81	248,0	0,12	0	0,46	0,4	29	42	54	10,9	165	2011
Соус красный основной	1/30	4,8	8,2	6,65	12,69	0,017	-	-	1,5	9,01	0,74	0,08	0,6	228	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		
<b>Итого</b>		<b>26,81</b>	<b>14,77</b>	<b>118,87</b>	<b>716,54</b>	<b>0,32</b>	<b>25,1</b>	<b>2,13</b>	<b>3,51</b>	<b>84,22</b>	<b>175,0</b>	<b>193,65</b>	<b>16,6</b>		
Какао с молоком	1/180	3,15	2,72	12,96	89,0	0,04	1,2	18,0	0,74	16,7	115	95,5	0,41	397	2011
Пряник пр.пр-ва	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>5,38</b>	<b>4,21</b>	<b>35,02</b>	<b>200,0</b>	<b>0,13</b>	<b>1,2</b>	<b>20,31</b>	<b>1,53</b>	<b>31,2</b>	<b>126,0</b>	<b>132,5</b>	<b>1,1</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>35,87</b>	<b>22,91</b>	<b>192,88</b>	<b>1122,51</b>	<b>0,46</b>	<b>27,63</b>	<b>22,48</b>	<b>5,39</b>	<b>160,92</b>	<b>376,5</b>	<b>461,15</b>	<b>18,89</b>		

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		
Каша манная жидкая молочная	1/150/5	2,40	3,82	21,04	128,0	0	1,3	0	0,3	35,2	61,8	108	0,5	185	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	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
<b>Итого</b>		<b>3,66</b>	<b>3,97</b>	<b>35,99</b>	<b>193,97</b>	<b>0,01</b>	<b>1,33</b>	<b>0,04</b>	<b>0,35</b>	<b>45,5</b>	<b>75,5</b>	<b>135,0</b>	<b>1,19</b>		
Суп картофельный с клецками	1/150	3,14	3,77	17,4	116,09	0,03	2,9	1	1	11,8	55,7	35,6	1,43	108	2005
Котлета из рыбы	1/50	7,07	2,04	7,55	77,0	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	239	2005
Каша гречневая рассыпчатая	1/100	5,9	3,99	26,54	165,33	0,12	0	0,46	0,4	29	42	54	10,9	165	2011
Соус красный основной	1/30	4,8	8,2	6,65	12,69	0,017	-	-	1,5	9,01	0,74	0,008	0,6	228	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	1/50	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>20,58</b>	<b>10,58</b>	<b>94,09</b>	<b>554,62</b>	<b>0,32</b>	<b>25,1</b>	<b>2,13</b>	<b>3,51</b>	<b>84,22</b>	<b>175,0</b>	<b>193,65</b>	<b>16,6</b>		
Какао с молоком	1/150	3,15	2,72	12,96	89,0	0,04	1,2	18,0	0,74	16,7	115	95,5	0,41	397	2011
Пряник пр.пр-ва	1 шт.	3,75	1,65	21,83	179,0	0	2,36	0,8	14,9	11,3	37,6	0,79	-		
<b>Итого</b>		<b>5,38</b>	<b>4,21</b>	<b>35,02</b>	<b>200,0</b>	<b>0,13</b>	<b>1,2</b>	<b>20,31</b>	<b>1,53</b>	<b>31,2</b>	<b>126,0</b>	<b>132,5</b>	<b>1,1</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>29,62</b>	<b>18,76</b>	<b>165,1</b>	<b>948,59</b>	<b>0,46</b>	<b>27,63</b>	<b>22,48</b>	<b>5,39</b>	<b>160,92</b>	<b>376,5</b>	<b>461,15</b>	<b>18,89</b>		

Заведующий

Швоева М.Ф.

