

05.03.2025г.

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 пшеничная вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,00	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65	1,7	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	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	393	2011
Итого		5,55	5,02	47,27	255,97	0,01	1,63	0,04	0,55	24,9	19,8	92,0	2,39		
Суп-лапша домашняя	1/180	1,77	4,05	9,54	81,8	0,04	0,4	0	0	21,3	14,33	21,31	0,43	86	2011
Птица отварная	1/70	14,96	11,66	0,96	168,62	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	300	2011
Макаронные изделия отварные	1/130	7,57	4,63	36,31	278,0	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	205	2011
Соус красный основной	1/30	0,35	0,45	2,4	15,05	0,75								824	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		31,37	23,33	115,41	858,82	7,11	10,35	0,77	5,61	94,62	117,33	193,29	7,13		
Чай с сахаром	1/180	0,06	0,02	9,99	40,0	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	392	2011
Вафли пр.пр-ва пром. производства	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		39,68	30,02	190,97	1351,93	7,12	11,98	1,6	20,66	131,42	182,13	287,68	9,72		

Заведующий:



Швоева М.Ф.

05.03.2025г.

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 пшеничная вязкая молочная	1/150	4,27	4,86	29,32	178,00	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65	1,7	168	2011
Хлеб пшеничный	1/20	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	-	0,03	-	-	0,9	8	1,7	0,2	393	2011
Итого		5,53	5,01	44,27	243,97	0,01	1,63	0,04	0,55	24,9	19,8	92,0	2,39		
Суп-лапша домашняя	1/150	1,33	3,04	7,15	61,35	0,03	0,3	0	0	17,49	11,76	17,49	0,35	86	2011
Птица отварная	1/50	10,7	9,5	0,7	131,0	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	300	2011
Макаронные изделия отварные	1/100	5,68	4,36	27,25	171,0	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	165	2011
Соус красный основной	1/30	0,35	0,45	2,4	15,05	0,75								824	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		24,1	19,3	92,95	642,8	7,11	10,35	0,77	5,61	94,62	117,33	193,29	7,13		
Чай с сахаром	1/150	0,04	0,01	6,99	28,0	-	0,03	-	-	0,7	7	1,6	0,19	392	2011
Вафли пром. производства	1/шт.	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		32,37	25,97	162,51	1111,91	7,12	14,32	1,6	20,66	139,52	182,13	287,68	9,71		

Заведующий:

Швоева М.Ф.

