

№ реп.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества, (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		№ тех. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У			В1	В2	С	Са	Fe				
	ЗАВТРАК	Творожный пудинг			110	13,664	8,785	16,414		200,050	0,120	0,450	0,400	124,110	0,854	10	651,57	12,93	
		Творог	40	40		12,191	6,570	0,949		113,880	0,040	0,200	0,400	120,000	0,300		201,81	8,07	
		Манная крупа	15	15		0,824	0,080	5,430		26,240	0,010	0,200		0,010	0,300		33,00	0,50	
		Масло сливочное	2	2		0,014	1,560	0,020		14,180	0,030	0,020		0,600	0,004		375,88	0,75	
		Яйцо	0,5	0,5		0,635	0,575	0,035		7,850	0,040	0,030		3,300	0,220		6,88	3,44	
		Сахар	5	5					9,980					0,200	0,030		34,00	0,17	
		Кисельная подлива			50	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	64	72,50	1,45	
		Кисель	20	20													72,50	1,45	
		Кофейный напиток с молоком			200	0,000	0,000	0,000	14,900	56,800	0,000	0,000	0,000	0,000	0,300	0,040	14	380,87	5,05
		Кофе зерновой	1	1													304,50	0,30	
		Сахар	15	15						56,800				0,300	0,040		34,00	0,51	
		Молоко	100	100													42,37	4,24	
		Булка с маслом			37	2,340	6,300	15,070	122,200	0,010	0,080	0,000	0,000	8,400	0,010	44	458,88	5,95	
		Хлеб пшеничный	40	40		2,300	0,900	15,000	72,600	0,010	0,080			8,400	0,010		83,00	3,32	
		Масло сливочное	7	7		0,040	5,400	0,070	49,600								375,88	2,63	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Гриши	100	100												89	122,52	12,25	
	ОБЕД	Свекла рубленая в сметанном соусе			60	0,920	4,980	2,450	60,660	0,043	0,043	27,300	0,490	38,200	0,490	47	658,46	4,74	
		Свекла	80	80		0,700		2,390	12,830	0,023	0,023	26,300	0,350	28,000	0,350		21,12	1,69	
		Сметана	5	5		0,220		0,060	2,900	0,020	0,020	1,000	0,140	10,200	0,140		171,50	0,86	
		Мука	5	5			4,980		44,930								23,96	0,12	
		Сливочное масло	5	5													375,88	1,88	
		Растительное масло	3	3													66,00	0,20	
		Латия домашняя на курином бульоне			250	4,722	4,600	15,652	130,010	0,221	0,072	0,900	0,900	44,940	1,058	50	991,63	9,58	
		Куры	20	20		2,180	2,300	0,080	28,920	0,060	0,020			2,700	0,250		141,65	2,83	
		Мука	20	20		1,820	0,160	14,800	67,700	0,050	0,016			3,600	0,200		23,96	0,48	
		Масло сливочное	5	5		0,012	1,560	0,012	22,020	0,040	0,003			1,000	0,066		375,88	1,88	
		Яйцо	0,5	0,5		0,540	0,580	0,010	7,560	0,040	0,030		3,300	0,220		6,88	3,44		
		Лук	10	10		0,130		0,450	2,350	0,001		0,700	2,400	0,060		24,88	0,25		
		Морковь	10	10		0,040		0,300	1,460	0,030	0,003	0,200	0,030	2,500	0,030		24,88	0,25	
		Лавровый лист	1	1		0,076	0,084	0,487	3,130		0,004	0,465		8,340	0,430		382,50	0,38	
		Соль	6	6									29,440	0,232		11,00	0,07		
		Суп из отварного мяса кур с рисом			180	10,602	10,610	20,592	238,780	0,420	0,305	2,200	2,200	229,140	1,818	30	629,78	24,26	
		Яйцо	1	1		0,540	0,580	0,010	7,560	0,040	0,030			3,300	0,220		6,88	3,44	
		Молоко	60	60		0,560	0,500	0,940	10,400	0,020	0,200	2,200		186,000	0,300		42,37	2,54	
		Масло сливочное	5	5		0,012	1,560	0,012	22,020	0,040	0,003			1,000	0,066		375,88	1,88	
		Куры	80	80		7,600	7,700	0,300	101,000	0,300	0,060			7,000	0,700		141,65	11,33	
		Рис	30	30		1,890	0,270	19,330	97,800	0,020	0,012			2,400	0,300		52,00	1,56	
		Соль	6	6										29,440	0,232		11,00	0,07	
		Компот из лимона			200	0,090	0,010	15,200	66,100	0,000	3,000	5,000		0,300	0,040	6	147,34	2,21	
		Лимон	15	15		0,090	0,010	0,300	9,300			3,000	5,000				113,34	1,70	
		Сахар	15	15				14,900	56,800					0,300	0,040		34,00	0,51	
		Хлеб ржаной	40	40		1,600	0,300	8,600	45,000	0,040	0,020			7,000	0,900	41	46,13	1,85	
	ПОЛДНИК	Сушка Чечнотек	60	60		9,700	8,600	74,000	403,000							136	70,02	4,20	

