

№ 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	Ca	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		37,900				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	64	72,50	1,45
		Кисель	20	20													72,50	1,45
		Кофейный напиток с молоком			200	0,000	0,000	14,900		56,800	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				14,900		56,800				0,300	0,040		34,00	0,51
		Молоко	100	100													42,37	4,24
		Булочка с маслом			37	2,340	6,300	15,070		122,200	0,010	0,080	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	Груша	100	100														
	ОБЕД	Свекла рубленая в сметанном соусе			60	0,920	4,980	2,450		60,660	0,043	0,043	27,300	38,200	0,490	89	122,52	12,25
		Свекла	80	80		0,700		2,390		12,830	0,023	0,023	26,300	28,000	0,350	47	658,46	4,74
		Сметана	5	5		0,220		0,060		2,900	0,020	0,020	1,000	10,200	0,140		21,12	1,69
		Мука	5	5			4,980			44,930							171,50	0,86
		Сливочное масло	5	5													23,96	0,12
		Растительное масло	3	3													375,88	1,88
		Лепешка домашняя на курином бульоне			250	4,722	4,600	15,652		130,010	0,221	0,072	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	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	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	44,80	1,79

ПОЛДНИК	Сушка Челночек	60	60	4,000	2,000	36,000	183,000	0,030	0,020	18,000	0,800	136	74,00	4,44
	Чай с сахаром			0,000	0,000	14,900	56,800	0,000	0,000	0,300	0,040	13	390,50	0,87
	Заварка	1	1										356,50	0,36
	Сахар	15	15			14,900	56,800			0,300	0,040		34,00	0,51
	ИТОГО:			37,938	37,585	159,778	1 159,400	0,884	3,990	470,690	6,050		4 622,85	85,52

№ рец.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		№ техн. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У			B1	B2	C		Ca	Fe			
	УЖИН					0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	38	73,21	7,80
		Омлет			80														6,88
		Яйцо	1	1															23,96
		Мука	3	3															42,37
		Молоко	20	20															390,50
		Чай с сахаром			200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	16	356,50	0,36
		Заварка	1	1															34,00
		Сахар	15	15															44,80
		Хлеб ржесной	20	20	20	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	41	508,51	9,56
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000			