

№ реп.	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			В1	В2	C	Ca	Fe					
	ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая			120	5,020	3,640	25,030	155,240	0,107	0,086	0,000	9,700	2,610	99	460,38	4,07			
		Гречневая крупа	40	40		5,000	1,300	25,000	134,000	0,100	0,080		8,000	2,600		50,50	2,02			
		Сахар	5	5													34,00	0,17		
		Масло сливочное	5	5			0,020	2,340	0,030	21,240	0,007	0,006		1,700	0,010		375,88	1,88		
		Какао со сгущенным молоком				200	0,000	0,000	15,000	56,800	0,040	0,100	0,000	14,400	0,600	12	487,00	5,90		
		Какао	1	1													277,00	0,28		
		Сгущенное молоко	30	30													176,00	5,28		
		Сахар	10	10				15,000	56,800	0,040	0,100		14,400	0,600		34,00	0,34			
		Булка 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	Сок	100	100	100	0,300		3,180	54,000						105	39,50	3,95			
		Суп с клецками на курином бульоне			250	3,478	3,360	21,748	92,250	0,304	0,139	0,900	24,000	1,590	57	618,10	10,68			
		Куры	20	20		1,570	1,130		16,990	0,100	0,020		2,700	0,250		141,65	2,83			
		Мука	17	17		0,740	0,080	5,580	25,360	0,020	0,006		1,400	0,090		23,96	0,41			
		Масло сливочное	4	4		0,008	1,570	0,008	14,680	0,003	0,020		0,600	0,040		375,88	1,50			
		Картофель	100	100		0,450		15,400	23,850	0,100	0,070		10,000	0,900		19,97	2,00			
		Яйцо	0,5	0,5		0,540	0,580	0,010	7,560	0,050	0,020		4,400	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			
		Голубцы ленивые			200	10,950	10,870	9,240	180,390	0,100	0,136	51,100	97,540	2,002	31	684,06	17,82			
		Куры	80	80		8,300	8,400	0,230	111,400	0,030	0,070		8,300	0,800		141,65	11,33			
		Рис	15	15		0,240	0,030	2,700	12,230	0,030	0,010		1,200	0,150		52,00	0,78			
		Лук	10	10		0,130		0,450	2,350	0,001		0,700	2,400	0,060		24,88	0,25			
		Капуста	150	150		2,120	0,100	5,260	30,200	0,032	0,045	50,400	53,800	0,670		24,88	3,73			
		Томат	3	3		0,140		0,570	2,970		0,005		0,700	0,080		54,00	0,16			
		Масло сливочное	4	4		0,020	2,340	0,030	21,240	0,007	0,006		1,700	0,010		375,65	1,50			
		Соль	6	6									29,440	0,232		11,00	0,07			
		Каша из сухофруктов			200	0,220	0,000	24,600	73,500	0,100	0,000	0,000	1,300	0,040	37	157,50	1,75			
		Сухофрукты	10	10		0,220		5,600	28,000	0,100			1,000			123,50	1,24			
		Сахар	15	15				19,000	45,500				0,300	0,040		34,00	0,51			
	ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	40	40	40	2,640	0,480	13,600	72,400	0,070	0,030		14,000	1,500	41	44,80	1,79			
		Кофейный напиток с молоком			200	4,320	2,540	20,610	133,320	0,040	0,170	1,700	136,500	0,060	14	380,87	9,29			
		Молоко	200	200		3,930	2,160	4,950	68,200	0,040	0,170	1,700	136,200	0,020		42,37	8,47			
		Кофе злаковый	1	1		0,390	0,380	0,760	8,320							304,50	0,30			
		Сахар	15	15				14,900	56,800				0,300	0,040		34,00	0,51			
		Гречка с сыром			50	6,920	8,830	15,550	241,560	0,170	0,260	2,200	448,500	1,335	69	616,73	21,24			
		Хлеб пшеничный	40	40		3,720	0,360	9,600	128,000	0,100	0,120		8,000	0,600		83,00	3,32			
		Сыр	25	25		2,100	2,390		31,600		0,100		250,000	0,200		384,48	9,61			
		Яйцо	0,5	0,5		0,540	0,580	0,010	7,560	0,050	0,020		4,400	0,220		6,88	3,44			
		Молоко	100	100		0,560	0,500	0,940	10,400	0,020	0,020	2,200	186,000	0,300		42,37	4,24			
		Сахар	5	5				5,000	19,000				0,100	0,015		34,00	0,17			
		Масло растительное						5,000	45,000							66,00	0,46			
		ИТОГО:				36,188	36,020	163,628	1 181,660	0,941	1,001	55,900	754,340	9,747		3 947,82	82,44			

№ 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	В1		В2	С	Са	Fe					
	УЖИН	Кусоч пшениый молочный			200	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000		18	584,75	14,50	
		Пшено	30	30													49,50	1,49	
		Молоко	200	200													42,37	8,47	
		Масло сливочное	5	5													375,88	1,88	
		Сахар	5	5													34,00	0,17	
		Хлеб пшеничный	30	30	30											42	83,00	2,49	
		Чай с сахаром			200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		16	390,50	0,70	
		Заварка	1	1													350,50	0,36	
		Сахар	10	10													34,00	0,34	
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000			1 058,25	17,68	