

№ респ.	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			
	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 подливка			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																			
	ОБЕД																			
		Свежая 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	0,060		24,88	0,25
		Морковь	10	10		0,040		0,300			1,460	0,030				2,500	0,030		24,88	0,25
		Лавровый лист	1	1		0,076	0,084	0,487			3,130					0,465	0,430		382,50	0,38
		Соль	6	6												29,440	0,232		11,00	0,07
		Суп из отарного 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	6,88
		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 Чепочек	60	60		9,700	8,600	74,000			403,000							136	70,02	4,20

