

№ рп.	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	Каши гречневая с маслом и сахаром			120	5,040	5,300	30,050	188,500	0,104	0,083	0,000		8,400	2,609		99	618,57	5,19
		Гречневая крупа	40	40		5,000	1,300	25,000	134,000	0,100	0,080			8,000	2,600			60,00	2,40
		Сахар	5	5				5,000	19,000					0,100	0,001			46,89	0,23
		Масло сливочное	5	5		0,040	4,000	0,050	35,500	0,004	0,003			0,300	0,008			511,68	2,56
		Каши со свиными котлетками			200	2,090	2,460	18,230	100,380	0,050	0,200	2,000		161,040	0,086		12	329,06	5,40
		Какао	1	1														122,00	0,12
		Сухое молоко	30	30		2,090	2,460	16,240	92,800	0,050	0,200	2,000		161,000	0,020			160,17	4,81
		Сахар	10	10				1,990	7,580					0,040	0,066			46,89	0,47
		Булка с маслом			37	2,340	6,300	15,070	122,200	0,010	0,080	0,000		8,400	0,010		44	599,74	7,10
		Хлеб пшеничный	40	40		2,300	0,900	15,000	72,600	0,010	0,080			8,400	0,010			88,06	3,52
		Масло сливочное	7	7		0,040	5,400	0,070	49,600								106	511,68	3,58
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок	100	100	100	0,300		13,800	54,000								126	125,83	7,55
		Паста	60	60	60					0,000	0,000	0,000		0,000	0,000		4	115,78	3,39
	ОБЕД	Салат "Витаминный"			60	0,000	0,000	0,000	0,000									27,89	1,67
		Капуста	60	60														27,89	1,12
		Морковь	40	40														60,00	0,60
		Растительное масло	10	10															
		Рассоленный на курином бульоне со сметаной			250	11,770	3,915	16,200	241,790	0,206	0,160	1,700		17,550	0,975		51	1 253,30	12,61
		Кури	20	20		1,570	1,130		16,990	0,100	0,020			2,700	0,250			141,65	2,83
		Огурцы соевые	25	25		8,100	0,010	0,400	1,800			0,005	1,000	2,900	0,070			109,40	2,74
		Картофель	80	100		1,430	0,170	12,300	182,800	0,080	0,050			7,200	0,500			26,03	2,08
		Перловая крупа	15	15		0,500	0,300	2,500	15,000	0,020	0,050			2,000	0,050			22,00	0,33
		Масло сливочное	4	4		0,020	2,300	0,030	21,000	0,002	0,015			0,150	0,005			511,68	2,05
		Лук	10	10		0,080		0,500	2,300	0,003	0,020			0,200	0,040			27,89	0,28
		Морковь	10	10		0,070	0,005	0,470	1,900	0,001		0,700		2,400	0,060			176,25	1,76
		Сметана	10	10														200,00	0,20
		Лавровый лист	1	1		0,076	0,084	0,487	3,130			0,004	0,465	8,340	0,430			10,51	0,06
		Соль	6	6										29,440	0,232				
		Зразы картофельные с маслом			140	21,260	26,135	33,592	454,770	0,315	0,354	42,440		47,380	3,668		131	773,25	21,64
		Масо кур	80	80		14,560	14,720		190,400	0,056	0,120	1,440		12,800	1,280			141,65	11,33
		Картофель	180	180		4,000	0,800	32,600	154,000	0,240	0,140	40,000		20,000	1,800			26,03	4,69
		Лук	10	10		0,140	0,020	0,820	4,100	0,005	0,002	1,000		3,100	0,080			27,89	0,28
		Яйцо	0,5	0,5		2,540	2,300	0,140	31,400	0,014	0,088			11,000	0,500			6,00	3,00
		Масло сливочное	4	4		0,020	3,300	0,032	29,920			0,004		0,480	0,008			511,68	2,05
		Масло растительное	5	5			4,995		44,950									60,00	0,30
		Суп с мясной-пастой			60	0,620	2,305	4,080	39,820	0,025	0,034	0,000		2,400	0,195		90	772,20	4,18
		Томат	3	3		0,140		0,570	2,970			0,006		0,800	0,090			60,00	0,18
		Сметана	10	10										1,450	0,100			176,25	1,76
		Мука	8	8		0,460	0,005	3,480	15,850	0,023	0,013			0,150	0,005			24,27	0,19
		Масло сливочное	4	4		0,020	2,300	0,030	21,000	0,002	0,015			0,300	0,008			511,68	2,05
		Хлеб ржаной	40	40	40	2,640	0,480	13,680	72,400	0,070	0,030			14,000	1,500		41	47,52	1,90
		Каша из кураги			200	0,000	0,000	15,000	57,000	0,000	0,000	0,000		0,300	0,040		39	238,89	2,62
		Курага	10	10														192,00	1,92
		Сахар	15	15										0,300	0,040			46,89	0,70

ПОДЛИНК	Продукт с пометкой										80	5,360	6,084	43,823	265,490	0,117	0,316	2,200	195,500	0,765	76	835,94	13,74
	Мука	50	50									4,120	0,440	27,600	133,300							24,27	1,21
	Молоко	100	100									0,560	0,500	0,940	10,400	0,020	0,200	2,200	186,000	0,300		46,70	4,67
	Масло растительное	5	5										3,000		27,000							60,00	0,30
	Масло сливочное	5	5									0,010	1,560	0,020	14,000	0,007	0,066		1,700	0,010		511,68	2,56
	Сахар	5	5											6,980	26,500				0,100	0,015		46,89	0,23
	Дрожжи	1	1									0,130	0,004	0,083	0,830	0,050	0,020		4,400	0,220		72,80	0,07
	Яйцо	0,5	0,5									0,540	0,580	0,010	7,560	0,040	0,030		3,300	0,220		6,00	3,00
	Пондло	25	25											8,190	45,900							67,60	1,69
	Чай с сахаром									200	0,000	0,000	14,900	56,800	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,040	16	236,89	0,89
	Заварка	1	1																			190,00	0,19
	Сахар	15	15											14,900	56,800				0,300	0,040		46,89	0,70
	ИТОГО:										51,420	52,979	218,425	1 653,150	0,897	1,257	48,340	455,270	9,888			5 990,97	90,63

№ реп.	Пробл. 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			B1	B2	C	Ca	Fe						
	УЖИИ	Кулеи пшеничный			200	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18	123,59		9,30	
		Пшено	30	30																30,00	0,90
		Молоко	120	120																46,70	5,60
		Масло сливочное	5	5		0,010	1,560	0,020	14,000		0,007	0,066		1,700	0,010					511,68	2,56
		Сахар	5	5																46,89	0,23
		Хлеб пшеничный	30	30	30												42	88,06	2,64		
		Чай с молоком			200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	5	283,59	6,12			
		Заварка	1	1														190,00	0,19		
		Сахар	12	12														46,89	0,56		
		Молоко	115	115														46,70	5,37		
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000			495,24	18,06		