

| № рец. | Приём пищи     | Наименование блюда                             | Брутто, г | Нетто, г | Масса порции<br>(выход), г | Пищевые вещества, (г) |        |        |  | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамины, мг |       |       |         | Минеральные<br>вещества, мг |     | № техн.<br>карты | Стоимость<br>(руб.) | Сумма |
|--------|----------------|------------------------------------------------|-----------|----------|----------------------------|-----------------------|--------|--------|--|-----------------------------------|--------------|-------|-------|---------|-----------------------------|-----|------------------|---------------------|-------|
|        |                |                                                |           |          |                            | Б                     | Ж      | У      |  |                                   | B1           | B2    | C     | Ca      | Fe                          |     |                  |                     |       |
|        | ЗАВТРАК        | Пудинг творожно-манный с<br>кисельной подливой |           |          | 90                         | 16,070                | 11,180 | 33,560 |  | 271,720                           | 0,222        | 0,725 | 4,400 | 497,650 | 1,325                       | 10  | 846,68           | 14,15               |       |
|        |                | Творог                                         | 40        | 40       |                            | 13,360                | 7,200  | 1,040  |  | 124,560                           |              | 0,240 |       | 120,000 | 0,370                       |     | 204,41           | 8,18                |       |
|        |                | Молоко                                         | 30        | 30       |                            | 1,120                 | 1,000  | 1,880  |  | 20,800                            | 0,040        | 0,400 | 4,400 | 372,000 | 0,600                       |     | 46,70            | 1,40                |       |
|        |                | 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                |       |
|        |                | Сахар                                          | 5         | 5        |                            |                       |        | 10,000 |  | 38,000                            |              |       |       | 0,200   | 0,030                       |     | 46,89            | 0,23                |       |
|        |                | Манная крупа                                   | 10        | 10       |                            | 1,000                 | 0,100  | 6,600  |  | 32,800                            | 0,140        | 0,040 |       | 2,000   | 0,100                       |     | 31,00            | 0,31                |       |
|        |                | Сливочное масло                                | 2         | 2        |                            | 0,020                 | 2,300  | 0,030  |  | 21,000                            | 0,002        | 0,015 |       | 0,150   | 0,005                       |     | 511,68           | 1,02                |       |
|        |                | Кисель фруктовый                               | 8         | 8        | 50                         | 0,030                 |        | 14,000 |  | 27,000                            |              |       |       |         |                             | 64  | 71,00            | 0,57                |       |
|        |                | Кофейный напиток                               |           |          | 200                        | 0,000                 | 0,000  | 15,000 |  | 56,800                            | 0,040        | 0,100 | 0,000 | 14,400  | 0,600                       | 14  | 236,89           | 0,89                |       |
|        |                | Кофе                                           | 1         | 1        |                            |                       |        |        |  |                                   |              |       |       |         |                             |     | 190,00           | 0,19                |       |
|        |                | Сахар                                          | 15        | 15       |                            |                       |        | 15,000 |  | 56,800                            | 0,040        | 0,100 |       | 14,400  | 0,600                       |     | 46,89            | 0,70                |       |
|        |                | Булочка 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                            |              |       |       |         |                             |     | 511,68           | 3,58                |       |
|        | ВТОРОЙ ЗАВТРАК | Яблоко                                         | 100       | 100      | 100                        |                       |        |        |  |                                   |              |       |       |         |                             | 89  | 98,00            | 9,80                |       |
|        |                | Шоколад                                        | 15        | 15       | 15                         |                       |        |        |  |                                   |              |       |       |         |                             | 104 | 596,62           | 8,95                |       |
|        | ОБЕД           | Салат из моркови                               |           |          | 60                         |                       |        |        |  |                                   |              |       |       |         |                             | 9   | 147,11           | 5,07                |       |
|        |                | Растительное масло                             | 10        | 10       |                            |                       | 5,000  |        |  | 45,000                            |              |       |       |         |                             |     | 87,11            | 0,87                |       |
|        |                | Морковь                                        | 70        | 70       |                            | 0,070                 | 0,005  | 0,470  |  | 1,900                             | 0,003        | 0,003 | 0,700 | 2,500   | 0,030                       |     | 60,00            | 4,20                |       |
|        |                | Суп с куриными фрикадельками<br>и рисом        |           |          | 250                        | 4,620                 | 4,940  | 0,780  |  | 67,870                            | 0,324        | 0,103 | 0,900 | 44,990  | 1,146                       | 82  | 768,62           | 14,00               |       |
|        |                | Куры                                           | 60        | 60       |                            | 3,900                 | 2,800  |        |  | 42,500                            | 0,250        | 0,050 |       | 6,750   | 0,600                       |     | 141,65           | 8,50                |       |
|        |                | Рис                                            | 20        | 20       |                            |                       |        |        |  |                                   |              |       |       |         |                             |     | 43,00            | 0,86                |       |
|        |                | Лук                                            | 10        | 10       |                            | 0,130                 |        | 0,450  |  | 2,350                             | 0,001        |       | 0,700 | 2,400   | 0,060                       |     | 27,89            | 0,28                |       |
|        |                | Морковь                                        | 10        | 10       |                            | 0,040                 |        | 0,300  |  | 1,460                             | 0,030        | 0,003 | 0,200 | 2,500   | 0,030                       |     | 27,89            | 0,28                |       |
|        |                | Масло сливочное                                | 2         | 2        |                            | 0,010                 | 1,560  | 0,020  |  | 14,000                            | 0,003        | 0,020 |       | 0,600   | 0,004                       |     | 511,68           | 1,02                |       |
|        |                | 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                |       |
|        |                | Соль                                           | 6         | 6        |                            |                       |        |        |  |                                   |              |       |       | 29,440  | 0,232                       |     | 10,51            | 0,06                |       |
|        |                | Сосиска отварная                               | 60        | 60       | 60                         | 5,500                 | 11,900 | 0,800  |  | 133,000                           |              | 0,080 |       | 17,000  | 0,900                       | 81  | 223,68           | 13,42               |       |
|        |                | Картофельное пюре                              |           |          | 130                        | 3,360                 | 5,440  | 20,910 |  | 144,300                           | 0,144        | 0,143 | 0,000 | 90,000  | 2,660                       | 34  | 584,41           | 7,26                |       |
|        |                | Картофель                                      | 150       | 150      |                            | 2,200                 | 0,440  | 18,980 |  | 88,000                            | 0,140        | 0,080 |       | 12,000  | 1,080                       |     | 26,03            | 3,90                |       |
|        |                | Молоко                                         | 50        | 100      |                            | 1,120                 | 1,000  | 1,880  |  | 20,800                            |              | 0,060 |       | 64,000  | 0,080                       |     | 46,70            | 2,34                |       |
|        |                | Масло сливочное                                | 2         | 3        |                            | 0,040                 | 4,000  | 0,050  |  | 35,500                            | 0,004        | 0,003 |       | 14,000  | 1,500                       |     | 511,68           | 1,02                |       |
|        |                | Хлеб ржаной                                    | 40        | 40       | 40                         | 2,640                 | 0,480  | 15,000 |  | 78,400                            | 0,070        | 0,030 |       | 14,000  | 1,500                       | 41  | 47,52            | 1,90                |       |
|        |                | Компот из изюма                                |           |          | 200                        | 0,130                 | 0,000  | 21,110 |  | 82,700                            | 0,000        | 0,400 | 0,400 | 8,300   | 3,040                       | 40  | 178,62           | 2,02                |       |
|        |                | Изюм                                           | 10        | 10       |                            | 0,130                 |        | 6,210  |  | 25,900                            |              | 0,400 | 0,400 | 8,000   | 3,000                       |     | 131,73           | 1,32                |       |
|        |                | Сахар                                          | 15        | 15       |                            |                       |        | 14,900 |  | 56,800                            |              |       |       | 0,300   | 0,040                       |     | 46,89            | 0,70                |       |

|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|--|----------------|----|----|----|-------|-------|--------|---------|-------|-------|-------|---------|-------|----|-------|-------|
|  | ПОДЛИК         |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  | Гренка с сыром |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                | 40 | 40 | 50 | 6,920 | 8,830 | 15,550 | 241,560 | 0,170 | 0,260 | 2,200 | 448,500 | 1,335 | 69 | 79,49 | 12,63 |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |
|  |                |    |    |    |       |       |        |         |       |       |       |         |       |    |       |       |

| № рец. | Приём пищи | Наименование блюда | Брутто, г | Нетто, г | Масса порции<br>(выход), г | Пищевые вещества (г) |       |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамины, мг |       |       |       | Минеральные<br>вещества, мг |  | № техн.<br>карты | Стоимость<br>(руб.) | Сумма |
|--------|------------|--------------------|-----------|----------|----------------------------|----------------------|-------|-------|--------|-----------------------------------|--------------|-------|-------|-------|-----------------------------|--|------------------|---------------------|-------|
|        |            |                    |           |          |                            | Б                    | Ж     | У     |        |                                   | В1           | В2    | С     | Ca    | Fe                          |  |                  |                     |       |
|        | УЖИН       | Геркулесовая каша  |           |          | 200                        | 0,000                | 0,000 | 0,000 |        | 0,000                             | 0,000        | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000                       |  | 59               | 118,29              | 13,48 |
|        |            | Геркулес           | 45        | 45       |                            |                      |       |       |        |                                   |              |       |       |       |                             |  |                  | 24,70               | 1,11  |
|        |            | Сахар              | 10        | 10       |                            |                      |       |       |        |                                   |              |       |       |       |                             |  |                  | 46,89               | 0,47  |
|        |            | Масло сливочное    | 5         | 5        |                            | 0,010                | 1,560 | 0,020 | 14,000 |                                   |              |       |       |       |                             |  |                  | 511,68              | 2,56  |
|        |            | Молоко             | 200       | 200      |                            |                      |       |       |        |                                   |              |       |       |       |                             |  |                  | 46,70               | 9,34  |
|        |            | 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               | 236,89              | 0,89  |
|        |            | Заварка            | 1         | 1        |                            |                      |       |       |        |                                   |              |       |       |       |                             |  |                  | 190,00              | 0,19  |
|        |            | Сахар              | 15        | 15       |                            |                      |       |       |        |                                   |              |       |       |       |                             |  |                  | 46,89               | 0,70  |
|        |            | Хлеб пшеничный     | 40        | 40       | 40                         |                      |       |       |        |                                   |              |       |       |       |                             |  | 42               | 88,06               | 3,52  |
|        |            | ИТОГО:             |           |          |                            | 0,000                | 0,000 | 0,000 | 0,000  | 0,000                             | 0,000        | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000                       |  |                  | 443,24              | 17,89 |