

19 день.

№ 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	У		В1	В2	С	Са	Fe				
	ЗАВТРАК	Каши манная молочная			200	7,260	7,640	23,290		182,020	0,064	0,209	1,900	163,300	0,307		88	636,27	10,57
		Молоко	150	150		4,200	5,200	6,700		93,000	0,050	0,200	1,900	161,000	0,200			46,70	7,01
		Манка	25	25		3,050	0,090	11,590		48,450	0,010	0,006		1,200	0,100			31,00	0,78
		Сахар	5	5				4,990		18,700				0,100	0,001			46,89	0,23
		Масло сливочное	5	5		0,010	2,350	0,010		21,870	0,004	0,003		1,000	0,006			511,68	2,56
		Чай с молоком			200	0,000	0,000	14,900		56,800	0,000	0,000	0,000	0,300	0,040	5	283,59	5,56	
		Заварка	1	1														190,00	0,19
		Молоко	100	100														46,70	4,67
		Сахар	15	15				14,900		56,800				0,300	0,040			46,89	0,70
		Булка с маслом, сыром			37	7,480	11,220	13,980		192,180	0,090	0,250	0,000	214,400	0,780	43	989,18	14,89	
		Хлеб пшеничный	40	40		2,140	0,340	13,940		68,600	0,080	0,090		6,000	0,590			88,06	3,52
		Масло сливочное	7	7		0,040	5,480	0,040		51,380	0,010	0,080		8,400	0,010			511,68	3,58
		Сыр	20	20		5,300	5,400			72,200		0,080		200,000	0,180			389,44	7,79
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Апельсин	100	100		0,600		13,800		54,000						89	102,90	10,29	
	ОБЕД	Салат из овощей с растительным маслом			60	2,000	5,100	15,000		108,000	0,000	0,040	0,000	37,000	1,400	94	87,12	3,68	
		Свекла	130	130		2,000	0,100	15,000		63,000		0,040		37,000	1,400			26,03	3,38
		Масло растительное	5	5			5,000			45,000								60,00	0,30
		Суп зреловый на мясо-костном курином бульоне			250	3,620	2,360	14,190		91,960	0,189	0,101	1,300	49,240	1,264	62	805,65	7,89	
		Птица	20	20		1,780	0,660			13,400	0,100	0,020		2,700	0,250			141,65	2,83
		Масло сливочное	3	3		0,010	1,560	0,010		14,680	0,003	0,020		0,600	0,004			511,68	1,54
		Гречневая крупа	5	5		0,600	0,140	3,100		16,700		0,002		1,300	0,100			60,00	0,30
		Картофель	100	100		0,980		9,660		40,670	0,080	0,050		7,000	0,600			26,03	2,60
		Лук	10	10		0,150		0,860		3,870		0,002	0,900	3,100	0,008			27,89	0,28
		Морковь	10	10		0,100		0,560		2,640	0,006	0,007	0,400	5,100	0,070			27,89	0,28
		Соль	6	6										29,440	0,232			10,51	0,06
		Овощное рагу с мясом птицы			200	19,894	13,450	32,150		284,930	0,159	0,111	6,900	27,800	0,950	133	797,00	18,81	
		Капуста	150	150		11,500	1,320	29,800		132,400	0,060	0,030	6,000	9,600	0,040			27,89	4,18
		Птица	80	80		8,000	8,000	0,300		106,000	0,030	0,060		7,400	0,700			141,65	11,33
		Томат	3	3		0,144		0,570		2,970		0,005		0,600	0,070			60,00	0,18
		Лук	10	10		0,120		0,760		3,440		0,002	0,900	3,100	0,080			27,89	0,28
		Морковь	10	10		0,100	0,010	0,670		2,720	0,060	0,007		5,100	0,050			27,89	0,28
		Масло сливочное	5	5		0,030	4,120	0,050		37,400	0,009	0,007		2,000	0,010			511,68	2,56
		Компот из черносслива			200	0,000	0,000	14,850		61,150	0,000	0,000	0,000	0,300	0,040	96	226,89	2,50	
		Сахар	15	15				14,850		61,150				0,300	0,040			46,89	0,70
		Чернослив	10	10														180,00	1,80
		Хлеб ржаной	40	40		1,880	0,280	19,920		85,600	0,070	0,030		14,000	1,500	41	47,52	1,90	

[illegible]

№ 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	Ca	Fe					
						200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	103	134,31	10,06			
		<u>УЖИН</u>																		
		Суп вермишелевый молочный																		
		Молоко	160	160												46,70	7,47			
		Вермишель	20	20												40,72	0,81			
		Масло сливочное	3	3			0,010	1,560	0,010	14,680	0,003	0,020		0,600	0,004	511,68	1,54			
		Сахар	5	5												46,89	0,23			
		<i>Кофейный напиток с молоком</i>				200	2,800	2,500	19,700	109,250	0,040	0,150	1,500	124,300	0,240	14	380,87	5,31		
		Кофе злаковый	1	1						0,250						304,50	0,30			
		Сахар	10	10					15,000	57,000				0,300	0,040	34,00	0,34			
		Молоко	110	110			2,800	2,500	4,700	52,000	0,040	0,150	1,500	124,000	0,200	42,37	4,66			
		<i>Хлеб пшеничный</i>	30	30		30										88,06	2,64			
		ИТОГО:					0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	222,37	18,00			