

№ рп.	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				
	ЗАВТРАК	Каша 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	519	
		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	
		Какао со сгущённым молоком			200	2,090	2,460	18,230		100,380	0,050	0,200	2,000	161,040	0,086	12	329,06	540	
		Какао	1	1													122,00	0,12	
		Сгущенное 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	710	
		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	Сок	100	100	100	0,300		13,800		54,000						106	44,00	4,40	
		Паста	60	60	60											126	125,83	7,55	
	ОБЕД	Рассольник 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 солёные	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		27,89	0,28	
		Сметана	10	10													176,25	1,76	
		Лавровый лист	1	1		0,076	0,084	0,487		3,130		0,004	0,465	8,340	0,430		200,00	0,20	
		Соль	6	6										29,440	0,232		10,51	0,06	
	УЗНАК	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	
		Сок сметано-пшеничный			60	0,620	2,305	4,080		39,820	0,025	0,034	0,000	2,400	0,195	90	773,20	4,18	
		Томат	3	3		0,140		0,570		2,970		0,006		0,800	0,090		60,00	0,18	
		Сметана	10	10													176,25	1,76	
		Мука	8	8		0,460	0,005	3,480		15,850	0,023	0,013		1,450	0,100		24,27	0,19	
		Масло сливочное	4	4		0,020	2,300	0,030		21,000	0,002	0,015		0,150	0,005		511,68	2,05	
		Хлеб ржачий	40	40	40	2,640	0,480	13,680		72,400	0,070	0,030		14,000	1,500	41	47,52	1,90	
		Кашит из куражи			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				15,000		57,000				0,300	0,040		46,89	0,70	

