

| № 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      | Са      | Fe                       |              |                  |       |
| ЗАВТРАК        |            | Вареники «сливочные» с сливочным маслом |           |          | 110                     | 28,830                | 14,230 | 60,060 |  | 507,160                        | 0,128        | 0,299 | 0,500  | 176,300 | 1,063                    | 98           | 793,25           | 15,23 |
|                |            | Творог                                  | 50        | 50       |                         | 23,750                | 8,750  | 19,000 |  | 258,800                        | 0,050        | 0,250 | 0,500  | 164,000 | 0,400                    |              | 204,41           | 10,22 |
|                |            | Масло сливочное                         | 3         | 3        |                         | 0,040                 | 4,000  | 0,050  |  | 35,500                         | 0,004        | 0,003 |        | 0,300   | 0,008                    |              | 511,68           | 1,54  |
|                |            | Мука                                    | 10        | 10       |                         | 4,500                 | 0,900  | 36,000 |  | 186,300                        | 0,034        | 0,016 |        | 8,600   | 0,420                    |              | 24,27            | 0,24  |
|                |            | 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        |                         |                       |        | 5,000  |  | 19,000                         |              |       |        | 0,100   | 0,015                    |              | 46,89            | 0,23  |
|                |            | Кофейный напиток                        |           |          | 200                     | 0,139                 | 0,144  | 15,039 |  | 59,080                         | 0,000        | 0,000 | 0,000  | 0,300   | 0,400                    | 14           | 236,89           | 0,89  |
|                |            | Кофе злаковый                           | 1         | 1        |                         | 0,139                 | 0,144  | 0,069  |  | 2,230                          |              |       |        |         |                          |              | 190,00           | 0,19  |
|                |            | Сахар                                   | 15        | 15       |                         |                       |        | 14,970 |  | 56,850                         |              |       |        | 0,300   | 0,400                    |              | 46,89            | 0,70  |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК |            | Булка со сливочным маслом               |           |          | 37                      | 2,359                 | 6,260  | 15,010 |  | 128,230                        | 0,090        | 0,170 | 0,000  | 14,400  | 0,600                    | 44           | 599,74           | 7,10  |
|                |            | Хлеб пшеничный                          | 40        | 40       |                         | 2,310                 | 0,900  | 14,940 |  | 78,600                         | 0,080        | 0,090 |        | 6,000   | 0,590                    |              | 88,06            | 3,52  |
|                |            | Масло сливочное                         | 7         | 7        |                         | 0,049                 | 5,460  | 0,070  |  | 49,630                         | 0,010        | 0,080 |        | 8,400   | 0,010                    |              | 511,68           | 3,58  |
|                |            | Сок                                     | 100       | 100      |                         | 0,300                 |        | 13,800 |  | 54,000                         |              |       |        |         |                          | 105          | 44,00            | 4,40  |
|                |            | Шиповник                                | 250       |          |                         | 4,479                 | 8,585  | 7,800  |  | 128,000                        | 0,143        | 0,149 | 35,400 | 43,700  | 0,930                    | 52           | 1 209,79         | 12,83 |
| ОБЕД           |            | Кури                                    | 20        | 20       |                         | 3,000                 | 3,000  | 0,100  |  | 41,000                         | 0,100        | 0,020 |        | 2,700   | 0,250                    |              | 141,65           | 2,83  |
|                |            | Капуста                                 | 100       | 100      |                         | 0,600                 | 0,030  | 1,500  |  | 8,600                          | 0,020        | 0,020 | 34,000 | 24,000  | 0,300                    |              | 27,89            | 2,79  |
|                |            | Картофель                               | 90        | 90       |                         | 0,540                 | 0,090  | 4,590  |  | 21,600                         | 0,030        | 0,020 |        | 3,000   | 0,200                    |              | 26,03            | 2,34  |
|                |            | Лук                                     | 10        | 10       |                         | 0,080                 |        | 0,500  |  | 2,300                          | 0,001        | 0,001 | 0,700  | 2,400   | 0,060                    |              | 27,89            | 0,28  |
|                |            | Морковь                                 | 10        | 10       |                         | 0,070                 | 0,005  | 0,470  |  | 1,900                          | 0,003        | 0,003 | 0,700  | 2,500   | 0,030                    |              | 27,89            | 0,28  |
|                |            | Томат                                   | 4         | 4        |                         | 0,140                 |        | 0,570  |  | 2,970                          |              | 0,005 |        | 0,700   | 0,080                    |              | 60,00            | 0,24  |
|                |            | Масло сливочное                         | 4         | 4        |                         | 0,049                 | 5,460  | 0,070  |  | 49,630                         | 0,010        | 0,080 |        | 8,400   | 0,010                    |              | 511,68           | 2,05  |
|                |            | Сметана                                 | 10        | 10       |                         | 0,100                 | 1,000  | 0,150  |  | 10,200                         |              | 0,005 |        | 1,800   | 0,010                    |              | 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  |
|                |            | Гуляш из куриного мяса                  |           |          | 60                      | 14,830                | 18,505 | 2,140  |  | 235,370                        | 0,084        | 0,123 | 1,400  | 19,450  | 1,458                    | 19           | 945,36           | 15,37 |
|                |            | Кури                                    | 80        | 80       |                         | 14,500                | 14,500 | 0,550  |  | 192,700                        | 0,050        | 0,110 |        | 13,450  | 1,270                    |              | 141,65           | 11,33 |
| УЖИН           |            | Лук                                     | 10        | 10       |                         | 0,080                 |        | 0,500  |  | 2,300                          |              | 0,001 | 0,700  | 2,400   | 0,060                    |              | 27,89            | 0,28  |
|                |            | Морковь                                 | 10        | 10       |                         | 0,070                 | 0,005  | 0,470  |  | 1,900                          | 0,030        | 0,003 | 0,700  | 2,500   | 0,030                    |              | 27,89            | 0,28  |
|                |            | 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  |
|                |            | Масло сливочное                         | 3         | 3        |                         | 0,040                 | 4,000  | 0,050  |  | 35,500                         | 0,004        | 0,003 |        | 0,300   | 0,008                    |              | 511,68           | 1,54  |
|                |            | Макаронные изделия отварные             |           |          | 140                     | 3,760                 | 4,320  | 28,410 |  | 169,900                        | 0,004        | 0,003 | 0,000  | 0,300   | 0,008                    | 97           | 552,40           | 2,76  |
|                |            | Макаронные изделия                      | 30        | 30       |                         | 3,720                 | 0,320  | 28,360 |  | 134,400                        |              |       |        |         |                          |              | 40,72            | 1,22  |
|                |            | Масло сливочное                         | 3         | 3        |                         | 0,040                 | 4,000  | 0,050  |  | 35,500                         | 0,004        | 0,003 |        | 0,300   | 0,008                    |              | 511,68           | 1,54  |
|                |            | Хлеб ржаной                             | 40        | 40       |                         | 2,640                 | 0,480  | 13,680 |  | 72,400                         | 0,070        | 0,030 |        | 14,000  | 1,500                    | 41           | 44,80            | 1,79  |
|                |            | Компот из курицы                        | 200       |          |                         | 0,000                 | 0,000  | 15,000 |  | 56,800                         | 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 |  | 56,800                         |              |       |        | 0,300   | 0,040                    |              | 46,89            | 0,70  |



|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|---------|------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----|--------|--------|---------|-----------|-------|-------|--------|---------|-------|-----|----------|-------|
| ПОЛДНИК |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         | Крем-брюле |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 200 | 3,600  | 3,200  | 21,100  | 124,400   | 0,050 | 0,200 | 1,900  | 161,300 | 0,240 | 11  | 93,59    | 5,14  |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     | 3,600  | 3,200  | 6,100   | 67,600    | 0,050 | 0,200 | 1,900  | 161,000 | 0,200 |     | 46,70    | 4,67  |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        | 0,300   | 0,040 |     | 46,89    | 0,47  |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 30  |        |        |         |           |       |       |        |         |       | 109 | 84,33    | 5,06  |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     | 60,937 | 55,824 | 192,039 | 1 535,340 | 0,569 | 0,974 | 39,200 | 430,050 | 6,239 |     | 4 843,04 | 73,20 |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |
|         |            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |     |        |        |         |           |       |       |        |         |       |     |          |       |

| № реп. | Приём пищи | Наименование блюда                      | Брутто, г | Нетто, г | Масса порции<br>(выход), г | Питательные 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    |                  |                     |        |       |
|        | УЖИН       | Суп молочный с макаронными<br>изделиями |           |          | 200                        | 0,000                    | 0,000 | 0,000  | 0,000                             |              | 0,000 | 0,000 | 0,000                       | 0,000 |                  | 103                 | 98,31  | 7,33  |
|        |            | Молоко                                  | 150       | 150      |                            |                          |       |        |                                   |              |       |       |                             |       |                  |                     | 46,70  | 7,01  |
|        |            | Вермишель                               | 20        | 20       |                            |                          |       |        |                                   |              |       |       |                             |       |                  |                     | 4,72   | 0,09  |
|        |            | Сахар                                   | 5         | 5        |                            |                          |       |        |                                   |              |       |       |                             |       |                  |                     | 46,89  | 0,23  |
|        |            | Хлеб пшеничный                          | 30        | 30       | 30                         |                          |       |        |                                   |              |       |       |                             |       |                  | 42                  | 88,06  | 2,64  |
|        |            | Кофейный напиток из молока              |           |          | 200                        | 2,800                    | 2,500 | 19,700 | 109,250                           | 0,040        | 0,150 | 1,500 | 124,300                     | 0,240 | 14               | 283,59              | 8,83   |       |
|        |            | Кофе заварной                           | 1         | 1        |                            |                          |       |        | 0,250                             |              |       |       |                             |       |                  |                     | 190,00 | 0,19  |
|        |            | Сахар                                   | 15        | 15       |                            |                          |       | 15,000 | 57,000                            |              |       |       | 0,300                       | 0,040 |                  |                     | 46,89  | 0,70  |
|        |            | Молоко                                  | 170       | 170      |                            | 2,800                    | 2,500 | 4,700  | 52,000                            | 0,040        | 0,150 | 1,500 | 124,000                     | 0,200 |                  |                     | 46,70  | 7,94  |
|        |            | ИТОГО:                                  |           |          |                            | 2,800                    | 2,500 | 4,700  | 52,000                            | 0,040        | 0,150 | 1,500 | 124,000                     | 0,200 |                  |                     | 233,07 | 17,91 |