

№ реп.	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			B1	B2	C		Ca	Fe			
	ЗАВТРАК	Каши молочная «Дружба»			200	6,370	6,140	31,230		216,040	0,105	0,270	2,000		168,300	1,111	3	738,27	11,33
		Молоко	140	140		3,600	3,200	6,000		75,000	0,050	0,200	2,000		161,000	0,200		46,70	6,54
		Рис	15	15		0,700	0,100	7,000		33,000	0,008	0,004			0,800	0,100		43,00	0,65
		Пшено	15	15		1,150	0,300	6,600		34,800		0,040			2,700	0,200		30,00	0,45
		Гречка	15	15		0,900	0,200	6,600		33,000	0,040	0,020			2,000	0,600		60,00	0,90
		Сахар	5	5				5,000		19,000					0,100	0,001		46,89	0,23
		Масло сливочное	5	5		0,020	2,340	0,030		21,240	0,007	0,006			1,700	0,010		511,68	2,56
		Кофейный напиток на молоке			200	2,800	2,500	19,700		109,250	0,040	0,150	1,500		124,300	0,240	14	283,59	5,56
		Кофе злаковый	1	1						0,250								190,00	0,19
		Сахар	15	15				15,000		57,000					0,300	0,040		46,89	0,70
		Молоко	100	100		2,800	2,500	4,700		52,000	0,040	0,150	1,500		124,000	0,200		46,70	4,67
		Булочка с сыром и сливочным маслом			67	3,260	4,310	15,120		107,970	0,017	0,086	0,000		10,100	0,020	43	989,18	14,89
		Хлеб пшеничный	40	40		2,300	0,900	15,000		72,600	0,010	0,080			8,400	0,010		88,06	3,52
		Сыр	20	20		0,940	1,070	0,090		14,130								389,44	7,79
		Масло сливочное	7	7		0,020	2,340	0,030		21,240	0,007	0,006			1,700	0,010		511,68	3,58
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Мандарин	100	100													89	142,10	14,21
	ОБЕД	Икра свекольная			60	0,780	3,040	5,300		49,300	0,020	0,031	1,200		22,100	4,020	122	141,81	2,98
		Свекла	60	60		0,700	0,050	4,800		20,000		0,020			17,700	0,600		26,03	1,56
		Морковь	20	20		0,070	0,005	0,470		1,900	0,003	0,003	0,700		2,500	0,030		27,89	0,56
		Лук	20	20		0,080		0,500		2,300		0,001	0,700		2,400	0,060		27,89	0,56
		Растительное масло	5	5			2,990			27,000	0,020	0,010	0,500		2,000	3,360		60,00	0,30
		Суп полевой на курином бульоне			250	3,940	3,900	14,270		107,460	0,189	0,083	1,300		19,800	1,032	55	775,65	7,26
		Куры	20	20		2,100	2,200	0,080		28,900	0,100	0,020			2,700	0,250		141,65	2,83
		Пшено	15	15		0,600	0,140	3,100		16,700		0,002			1,300	0,100		30,00	0,45
		Морковь	10	10		0,100		0,560		2,640	0,006	0,007	0,400		5,100	0,070		27,89	0,28
		Лук	10	10		0,150		0,860		3,870		0,002	0,900		3,100	0,008		27,89	0,28
		Масло сливочное	3	3		0,010	1,560	0,010		14,680	0,003	0,002			0,600	0,004		511,68	1,54
		Картофель	70	70		0,980		9,660		40,670	0,080	0,050			7,000	0,600		26,03	1,82
		Соль	6	6											29,440	0,232		10,51	0,06
		Тушёная капуста			140	1,672	3,130	10,360		75,890	0,012	0,078	103,900		82,100	1,108	21	655,35	6,46
		Капуста	150	150		1,280		8,320		38,400		0,060	103,000		72,000	0,900		27,89	4,18
		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	0,006	0,007			5,100	0,050		27,89	0,28
		Масло сливочное	3	3		0,028	3,120	0,040		28,360	0,006	0,004			1,300	0,008		511,68	1,54

	Шницель из куриного и говяжьего мяса			60	19,577	19,400	15,959	294,387	0,331	0,522	7,300	15,940	2,550	22	1 208,17	22,33
	Говядина	20	20		3,720	3,200		43,000	0,060	0,420	7,000	1,740	1,380		372,89	7,46
	Куры	60	60		14,500	12,650	0,560	191,960	0,030	0,060		7,400	0,700		141,65	8,50
	Лук	10	10		0,060		0,380	1,720		0,008	0,300	1,200	0,030		27,89	0,28
	Масло растительное	4	4			2,000		17,980							60,00	0,24
	Масло сливочное	3	3		0,007	0,780	0,010	7,090	0,001	0,001		0,300	0,020		511,68	1,54
	Яйцо	0,5	0,5		0,520	0,470	0,029	6,437	0,040	0,030		3,300	0,220		6,00	3,00
	Хлеб пшеничный	15	15		0,770	0,300	14,980	26,200	0,200	0,003		2,000	0,200		88,06	1,32
	Копчен из илюма			200	0,000	0,000	15,000	56,800	0,000	0,000	0,000	0,030	0,004	40	178,62	2,02
	Изюм	10	10												131,73	1,32
	Сахар	15	15				15,000	56,800				0,030	0,004		46,89	0,70
	Хлеб ржаной	40	40		2,640	0,480	13,600	72,400	0,070	0,030		14,000	1,500	41	47,52	1,90
	Ватрушка с творогом			80	12,030	9,674	29,173	254,490	0,117	0,316	2,200	195,400	0,750	74	925,86	15,96
	Творог	50	50		6,670	3,600	0,520	62,400							204,41	10,22
	Мука	20	20		4,120	0,440	27,600	133,300							24,27	0,49
	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
	Молоко	10	10		0,560	0,500	0,940	10,400	0,020	0,200	2,200	186,000	0,300		46,70	0,47
	Масло сливочное	3	3		0,010	1,560	0,020	14,000	0,007	0,066		1,700	0,010		511,68	1,54
	Масло растительное	3	3			2,990		26,000							60,00	0,18
	Дрожжи	1	1		0,130	0,004	0,083	0,830	0,050	0,020		4,400	0,220		72,80	0,07
	Чай с сахаром			200	5,000	4,500	36,000	184,500	0,000	0,000	0,000	0,300	0,040	16	236,89	0,66
	Заварка	1	1		5,000	4,500	17,000	139,000							190,00	0,19
	Сахар	10	10				19,000	45,500				0,300	0,040		46,89	0,47
	ИТОГО:				58,069	57,074	205,712	1 528,487	0,901	1,566	119,400	652,370	12,375		6 323,01	105,56

№ рещ.	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	Са	Fe					
	УЖИН	Геркулесовая каша			200	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	59	118,29	13,00			
		Геркулес	35	35												24,70	0,86			
		Сахар	5	5												46,89	0,23			
		Масло сливочное	5	5		0,010	1,560	0,020	14,000							511,68	2,56			
		Молоко	200	100												46,70	9,34			
		Хлеб пшеничный	30	30	30										42	88,06	2,64			
		Чай со сгущенным молоком			200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	13	397,06	2,35			
		Заварка	1	1												190,00	0,19			
		Сгущенное молоко	10	10												160,17	1,60			
		Сахар	12	12												46,89	0,56			
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		603,41	17,99			