

№ респ.	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			
	ЗАВТРАК	Пудинг творожно-маняный с 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
		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	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
	ОБЕД	Суп с куриными фрикадельками 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

ПОЛДНИК	Гренка с сыром																	
			40	40		6,920	8,830	15,550	241,560	0,170	0,260	2,200	448,500	1,335	69	79,49	12,63	
						3,720	0,360	9,600	128,000	0,100	0,120		8,000	0,600		88,06	3,52	
			8	8		2,100	2,390		31,600		0,100		250,000	0,200		389,44	3,12	
				0,5		0,540	0,580	0,010	7,560	0,050	0,020		4,400	0,220		6,00	3,00	
			50	50		0,560	0,500	0,940	10,400	0,020	0,020	2,200	186,000	0,300		46,70	2,34	
			5	5				5,000	19,000				0,100	0,015		46,89	0,23	
				7	7		5,000		45,000							60,00	0,42	
			Чай с сахаром и лимоном			200	0,000	0,000	19,000	45,500	0,000	0,000	0,000	1 143,240	0,070	17	393,69	2,23
			1	1									0,200	0,030		190,00	0,19	
			10	10												156,80	1,57	
			10	10				19,000	45,500				0,300	0,040		46,89	0,47	
						41,580	49,070	156,780	1 244,050	0,980	1,921	7,900	2 286,480	12,586		4 128,34	85,97	

№ 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				
	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		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	