

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	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 ржисной	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	B2	C	Ca	Fe					
	<u>УЖИН</u>	<i>Суп вермишелевый молочный</i>			200	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	103	134,31	10,06				
		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	0,240	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	0,200	42,37	4,66				
		<i>Хлеб пшеничный</i>	30	30	30									42	88,06	2,64				
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000		222,37	18,00				