

	Картофельная запеканка с мясом			140	21,870	12,500	35,660	341,400	0,382	0,285	40,010	36,050	3,165	20	713,25	20,83
	Куры	80			17,040	8,800	0,080	148,000	0,060	0,120		12,800	1,280		141,65	11,33
	Картофель	180			4,000	8,800	34,600	160,000	0,240	0,140	40,000	20,000	1,800		26,03	4,69
	Лук	10			0,140		0,910	4,100	0,080	0,010	0,010	3,100	0,080		27,89	0,28
	Яйцо	0,5			0,670	0,600	0,040	8,300							6,00	3,00
	Масло сливочное	3			0,020	2,300	0,030	21,000	0,002	0,015		0,150	0,005		511,68	1,54
	Томатный соус			60	0,620	2,305	4,080	39,820	0,025	0,034	0,000	2,400	0,195	25	595,95	1,84
	Томат	3			0,140		0,570	2,970		0,006		0,800	0,090		60,00	0,18
	Мука	5			0,460	0,005	3,480	15,850	0,023	0,013		1,450	0,100		24,27	0,12
	Масло сливочное	3			0,020	2,300	0,030	21,000	0,002	0,015		0,150	0,005		511,68	1,54
	Компот из лимона			200	0,090	0,010	15,200	66,100	0,000	3,000	5,000	0,300	0,040	6	203,69	2,27
	Лимон	10			0,090	0,010	0,300	9,300		3,000	5,000				156,80	1,57
	Сахар	15					14,900	56,800				0,300	0,040		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
	Пшеница венская			60	5,360	3,084	35,633	192,590	0,117	0,316	2,200	195,500	0,765	72	708,34	9,41
	Мука	50			4,120	0,440	27,600	133,300							24,27	1,21
	Молоко	50			0,560	0,500	0,940	10,400	0,020	0,200	2,200	186,000	0,300		46,70	2,34
	Масло сливочное	5		2	0,010	1,560	0,020	14,000	0,007	0,066		1,700	0,010		511,68	2,56
	Сахар	5					6,980	26,500				0,100	0,015		46,89	0,23
	Дрожжи	1			0,130	0,004	0,083	0,830	0,050	0,020		4,400	0,220		72,80	0,07
	Яйцо	0,5			0,540	0,580	0,010	7,560	0,040	0,030		3,300	0,220		6,00	3,00
	Йогурт	180		180										135	78,50	14,13
	ИТОГО:				46,070	35,779	197,353	1 293,160	1,067	4,350	85,810	567,830	9,601		5 842,08	90,89

№ 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
									B1	B2	C	Ca	Fe		
	УЖИН	Каша манная молочная			200	1,135	89,700	0,015	0,090	0,060	0,060	50,600	0,126	88	636,27
		Молоко	120	120		1,120	23,200	0,010	0,060	0,060		50,000	0,080		46,70
		Манная крупа	25	25											31,00
		Сахар	5	5			45,500					0,300	0,040		46,89
		Масло сливочное	5	5		0,015	21,000	0,005	0,030			0,300	0,006		511,68
		Кофейный напиток с молоком			200	4,320	133,320	0,040	0,170	1,700	1,700	136,500	0,060	14	93,59
		Молоко	100	100		3,930	68,200	0,040	0,170	1,700		136,200	0,020		46,70
		Кофе злаковый	1	1		0,390	8,320					0,300	0,040		190,00
		Сахар	15	15			56,800					6,000	0,590	42	46,89
		Хлеб пшеничный	40	40		2,300	76,600	0,080	0,090			193,100	0,776		88,06
		ИТОГО:				7,755	299,620	0,135	0,350	1,760					817,92