1 день - 25.03.2024

Part	Т день 25.00.2021																							
Part of the par		$N_{\underline{0}}$			Пище	вые вещ	ества	Энергети- Витамины								Минеральные вещества								
Part	1 1	техноло-	· ·		Белки,	Жиры,	Углево		B1,		,	F	Д,	B2,		.	D.	_	7.0	.		Se,		
Note	рецептур	гической	наименование блюда	порции	Γ	Γ	ды, г	ценность,	МΓ	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	МΓ		
2011 14 MACING (ПОРЦИЯМИ) 8915, 0.10 13.0 0.10 74.80 0.00 0.00 0.10 0.00 0.10 0.00 0.10 0.00 0.10		карты					,,,	ккал																
2011 15 S.P. PITOPHIJSMIT 20 4,60 5.90 0.00 72.80 0.00 0.10 0.10 0.10 0.10 0.00 0.10 176.00 7,00 100.00 0.20 17.60 0.00					1								1	ı		·		ı						
2008 189 KAILA IIIIEHINGHAM 250 8,90 7,60 42,40 273,90 0.10 0.60 0.00 0.10 0.10 0.20 14,80 40,70 203,10 2.10 291,50 11,00 0.00	2011	14	, ,	8915,6	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	1,20	0,00	1,90	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00		
2008 189	2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	72,80	0,00	0,10	0,10	0,10	0,00	0,10	176,00	7,00	100,00	0,20	17,60	0,00	0,00	0,00		
MOJOROM 200 3,90 3,90 3,20 17,00 17,20 17,00	2008	189		250	8,90	7,60	42,40	273,90	0,10	0,60	0,00	0,10	0,10	0,20	148,30	40,70	203,10	2,10	291,50	11,00	0,00	0,00		
Horo 3a piles milling Horo 3a piles milling Horo 3a piles Horo 3a pil	2011	379		200	3,90	3,20	17,00	112,80	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,10	137,60	18,40	101,20	0,30	201,20	11,70	0,00	0,00		
Horo 3a puls Horo 3b puls Horo 3b puls Sob 19,0 25,2 74,10 606,70 20,0 1,50 0,00 1,00 0	2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,70	71,40	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,90	10,20	26,70	0,60	40,80	1,10	0,00	0,00		
2008 42 COK B ACCOPTIMENTE 200 1,00 0,20 19,20	Итого за п	500	19,90	25,20	74,10	605,70	0,20	1,50		0,40		0,40	470,10	76,40		3,10	552,60	23,80		0,00				
2011 338 ΦΡΚΤ 200 0.80 19.00 91.20 0.10 8.00 0.00 1.30 0.00 0.00 0.00 28.80 14.40 19.80 4.00 55.600 4.00 0		_					· ·	· ·	II	Завтрак					·	•	,		ŕ	·		ŕ		
2008 ПЕЧЕНЬЕ 40 3.00 3.90 29.80 16.80 0.00 0.	2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,00	0,20	19,20	92,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00		
Иргоразарыем прину протования прину прину протования прину прину протования прину прину прину протования прину прину прину прину протования прину прину прину протования прину прину прину прину протования прину прину прину протования прину прину прину прину прину прину прину прину прину протования прину	2011	338	ФРУКТ	200	0,80	0,80	19,00	91,20	0,10	8,00	0,00	1,30	0,00	0,00	28,80	14,40	19,80	4,00	556,00	4,00	0,00	0,00		
2008 ПКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60 1,10 5,30 4,60 71,40 0,00 4,20 0,10 0,00 0,00 0,00 0,00 24,60 9,00 22,20 0,40 189,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,90	29,80	166,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,60	8,00	36,00	0,80	44,00	0,00	0,00	0,00		
2008 ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60 1,10 5,30 4,60 71,40 0,00 4,20 0,10 0,00 0,00 24,60 9,00 22,20 0,40 189,00 0,00 0,00 0,00 2011 112 СУП СМКАРОНЬНИИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРГОФЕЛЕМ И МЯСОМ ПТИЦЫ 200 6,30 4,70 10,50 109,80 0,10 3,70 5,70 1,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00 0,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00 0,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00 0,00 0,00 0,00 1,00 25,50 41,30 39,00 1,00 25,60 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 17,80 12,50 37,60 1,90 26,90 0,40 0,00 0,00 0,00 <td colspan="3">Итого за прием пищи:</td> <td>440</td> <td>4,80</td> <td>4,90</td> <td>68,00</td> <td>350,00</td> <td>0,10</td> <td>12,00</td> <td>0,00</td> <td>1,30</td> <td>0,00</td> <td>0,00</td> <td>54,40</td> <td>30,40</td> <td>69,80</td> <td>7,60</td> <td>600,00</td> <td>4,00</td> <td>0,00</td> <td>0,00</td>	Итого за прием пищи:			440	4,80	4,90	68,00	350,00	0,10	12,00	0,00	1,30	0,00	0,00	54,40	30,40	69,80	7,60	600,00	4,00	0,00	0,00		
2008 КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60 1,10 5,30 4,60 71,40 0,00 4,20 0,10 0,00 0,00 24,60 9,00 22,20 0,40 189,00 0,00 0,00 0,00 2011 112 СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ПТИЦЬ 200 6,30 4,70 10,50 109,80 0,10 3,70 5,70 1,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00 0,00 2008 272 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (оленина) 90 16,30 11,60 14,40 227,70 0,20 0,40 4,40 2,70 0,00 0,00 17,80 122,50 37,60 1,90 26,90 0,40 0,00 </td <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>Обед</td> <td></td>										Обед														
2011 112 ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ПТИЦЫ 200 6,30 4,70 10,50 109,80 0,10 3,70 5,70 1,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00 0,00 0,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00 0,00 0,00 25,50 41,30 39,00 1,00 257,90 2,60 0,00	2008			60	1,10	5,30	4,60	71,40	0,00	4,20	0,10	0,00	0,00	0,00	24,60	9,00	22,20	0,40	189,00	0,00	0,00	0,00		
2008 272 ШНИЦЕЛИ (оленина) 90 16,30 11,60 14,40 227,70 0,20 0,40 4,40 2,70 0,00 0,00 17,80 122,50 37,60 1,90 26,90 0,40 0,00 0,00 2008 323 КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150 10,20 8,30 46,00 298,80 0,30 0,00 0,00 5,70 0,10 0,20 26,70 150,90 224,90 5,30 317,00 2,70 0,00 0,00 2008 402 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200 0,00 0,00 14,50 58,10 0,00 0,	2011	112	ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	200	6,30	4,70	10,50	109,80	0,10	3,70	5,70	1,00	0,00	0,00	25,50	41,30	39,00	1,00	257,90	2,60	0,00	0,00		
2008 323 РАССЫПЧАТАЯ 150 10,20 8,30 46,00 298,80 0,30 0,00 0,00 5,70 0,10 0,20 26,70 150,90 224,90 5,30 317,00 2,70 0,00 0,00 2008 402 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200 0,00 0,00 14,50 58,10 0,00	2008	272	·	90	16,30	11,60	14,40	227,70	0,20	0,40	4,40	2,70	0,00	0,00	17,80	122,50	37,60	1,90	26,90	0,40	0,00	0,00		
2008 402 СУХОФРУКТОВ 200 0,00 0,00 14,50 58,10 0,00 <td>2008</td> <td>323</td> <td></td> <td>150</td> <td>10,20</td> <td>8,30</td> <td>46,00</td> <td>298,80</td> <td>0,30</td> <td>0,00</td> <td>0,00</td> <td>5,70</td> <td>0,10</td> <td>0,20</td> <td>26,70</td> <td>150,90</td> <td>224,90</td> <td>5,30</td> <td>317,00</td> <td>2,70</td> <td>0,00</td> <td>0,00</td>	2008	323		150	10,20	8,30	46,00	298,80	0,30	0,00	0,00	5,70	0,10	0,20	26,70	150,90	224,90	5,30	317,00	2,70	0,00	0,00		
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ 50 3,20 0,60 19,20 96,00 0,10 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 13,10 21,20 67,50 1,80 117,50 0,00 0,00 0,00 Итого за прием пищи: 790 40,30 30,90 127,90 952,20 0,60 8,20 10,30 9,70 0,10 0,30 124,20 358,50 422,50 10,70 909,30 5,80 0,00 0,00 Всего за день: 1730 65,00 86,20 270,00 1 907,90 0,90 21,70 10,50 11,40 0,30 0,70 648,70 465,30 925,30 21,40 2 061,90 33,60 0,00 0,00	2008	402		200	0,00	0,00	14,50	58,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	1,80	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ 50 3,20 0,60 19,20 96,00 0,10 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 13,10 21,20 67,50 1,80 117,50 0,00 0,00 0,00 Итого за прием пищи: 790 40,30 30,90 127,90 952,20 0,60 8,20 10,30 9,70 0,10 0,30 124,20 358,50 422,50 10,70 909,30 5,80 0,00 0,00 Всего за день: 1730 65,00 86,20 270,00 1 907,90 0,90 21,70 10,50 11,40 0,30 0,70 648,70 465,30 925,30 21,40 2 061,90 33,60 0,00 0,00			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,40	18,60	90,40	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	8,30	11,90	31,30	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Всего за день: 1730 65,00 86,20 270,00 1 907,90 0,90 21,70 10,50 11,40 0,30 0,70 648,70 465,30 925,30 21,40 2 061,90 33,60 0,00 0,00				50	3,20	0,60									13,10	21,20		1,80				0,00		
Всего за день: 1730 65,00 86,20 270,00 1 907,90 0,90 21,70 10,50 11,40 0,30 0,70 648,70 465,30 925,30 21,40 2 061,90 33,60 0,00 0,00	Итого за п	Итого за прием пищи:			40,30	30,90	127,90	952,20	0,60	8,20	10,30	9,70	0,10	0,30	124,20	358,50	422,50	10,70	909,30	5,80	0,00	0,00		
		Всего за день:													,									
		Сбалансированность:				0,9			- 7	-7	- 7	-, - 0	- 7- "	7 - 0		-)- •	: == ;= 0	, ,	2 2 - 32		- 7 - 3	- ,		

2 день - 26.03.2024

мо Пищевые вещества Энергети- Витамины Минеральные вещества													1									
	$N_{\underline{0}}$			Пище	вые вещ	ества	Энергети-			Витами	НЫ	ı		минеральные вещества								
Сборник рецептур	техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ческая ценность, ккал	B1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	B2, мг	Са, мг	Мд, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
								3	Вавтрак													
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	1,20	0,00	1,90	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00	
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	0,60	2,70	2,30	35,70	0,00	2,10	0,10	0,00	0,00	0,00	12,30	4,50	11,10	0,20	94,50	0,00	0,00	0,00	
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	12,00	8,20	15,70	183,80	0,10	0,70	0,00	3,70	0,00	0,10	46,60	25,70	150,60	0,60	254,40	80,30	0,00	0,00	
	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,30	2,40	2,20	31,90	0,00	1,40	0,00	1,00	0,00	0,00	4,20	2,70	4,60	0,10	32,50	0,40	0,00	0,00	
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,90	38,80	223,40	0,00	0,00	0,00	0,40	0,10	0,00	28,40	27,90	76,10	0,60	56,30	0,80	0,00	0,00	
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,60	3,70	23,90	149,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,20	140,40	30,50	117,20	0,90	250,90	11,70	0,00	0,00	
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,70	71,40	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,90	10,20	26,70	0,60	40,80	1,10	0,00	0,00	
Итого за п	рием пищі	и:	570	23,60	31,50	97,70	770,00	0,20	4,90	0,20	5,40	0,30	0,30	240,00	101,40	388,10	3,00	730,90	94,30	0,00	0,00	
II Завтрак																						
2011	338	ФРУКТ	200	0,80	0,80	19,00	91,20	0,10	8,00	0,00	1,30	0,00	0,00	28,80	14,40	19,80	4,00	556,00	4,00	0,00	0,00	
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,00	0,20	19,20	92,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за п	рием пищі	и:	400	1,00	1,00	38,20	183,20	0,10	12,00	0,00	1,30	0,00	0,00	42,80	22,40	33,80	6,80	556,00	4,00	0,00	0,00	
				•		<u> </u>	,	,	Обед	,		,	,				,	,	· ·			
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	60	1,70	3,10	3,70	49,30	0,10	2,30	0,00	1,90	0,00	0,00	10,50	10,90	32,20	0,40	57,50	0,00	0,00	0,00	
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ	200	12,70	9,70	11,00	182,10	0,10	5,30	7,70	1,00	0,90	0,20	38,30	55,40	114,80	2,10	427,50	11,70	0,00	0,00	
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ	90	14,50	11,60	1,70	191,70	0,20	11,40	5,00	4,10	0,00	1,20	22,10	14,90	214,40	4,70	273,30	6,60	0,10	0,00	
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,30	21,50	146,80	0,10	10,40	0,00	0,30	0,10	0,10	46,90	30,50	86,30	1,20	765,20	8,60	0,00	0,00	
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	18,50	74,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,40	1,90	4,30	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,40	18,60	90,40	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	8,30	11,90	31,30	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	50 790	3,20	0,60	,	96,00		·	0,00	ŕ	·	0,00	13,10		67,50		117,50		,	0,00	
	Итого за прием пищи:			38,40			830,50							150,40		550,80						
Всего за де			1760	63,00	63,20		1 783,70	0,80	46,30	13,00	14,40	1,30	1,90	433,20	270,30	477,70	20,30	2 928,40	125,20	0,20	0,00	
Сбалансир	ованность	:		1	1,0	3,2																

3 день - 27.03.2024

	№ Пище						Энергети-			Витами	НЫ			Минеральные вещества								
Сборник	техноло-	Прием пищи,	Macca				ческая	B1,				п	В2,			•		,			Se,	
рецептур	гической	наименование блюда	порции	Белки,	Жиры,	Углево ды, г	ценность,	Б1, МΓ	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	Β2, ΜΓ	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	se, _{мг}	
	карты			1	1	ды, і	ккал	MII				MKI	MII								MII	
						I	T		автрак													
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	1,20	0,00	1,90	0,00	1,50	0,00		0,00	
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	72,80	0,00	0,10	0,10	0,10	0,00	0,10	176,00	7,00	100,00	0,20	17,60	0,00		0,00	
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,30	0,00	0,00	0,10	0,80	0,90	0,20	19,90	4,40	69,60	0,90	56,40	8,10	0,00	0,00	
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	27,10	18,90	24,30	383,80	0,10	0,30	0,10	0,50	0,20	0,30	214,50	29,60	275,70	0,70	191,70	1,50	0,00	0,00	
2011	327	СОУС ШОКОЛАДНЫЙ	20	1,30	4,80	12,20	97,60	0,00	0,10	0,00	0,10	0,10	0,00	24,10	10,30	28,50	0,50	62,90	1,80	0,00	0,00	
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,60	3,70	23,90	149,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,20	140,40	30,50	117,20	0,90	250,90	11,70	0,00	0,00	
2008 БАТОН			30	2,40	0,30	14,70	71,40	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,90	10,20	26,70	0,60	40,80	1,10	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:		500	45,10	46,40	75,50	910,70	0,20	1,20	0,40	1,70	1,40	0,80	583,00	92,00	619,60	3,80	621,80	24,20	0,00	0,00		
II Завтрак																						
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,00	0,20	19,20	92,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	
2011	338	ФРУКТ	200	0,80	0,80	19,00	91,20	0,10	8,00	0,00	1,30	0,00	0,00	28,80	14,40	19,80	4,00	556,00	4,00	0,00	0,00	
Итого за п	Итого за прием пищи:				1,00	38,20	183,20	0,10	12,00	0,00	1,30	0,00	0,00	42,80	22,40	33,80	6,80	556,00	4,00	0,00	0,00	
									Обед													
2011	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2,10	7,90	12,20	129,10	0,10	5,30	0,90	3,80	0,00	0,10	52,10	34,40	63,20	1,60	369,50	8,40	0,10	0,00	
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	200	6,60	8,90	13,30	161,50	0,10	5,40	0,20	2,10	0,00	0,10	27,70	25,00	93,80	1,40	478,50	5,80	0,00	0,00	
2011	259	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ	200	15,30	14,00	25,80	290,20	0,20	14,10	0,00	1,80	0,00	0,20	25,00	46,60	188,70	3,00	1 137,10	13,10	0,10	0,00	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	14,50	58,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	1,80	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,40	18,60	90,40	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	8,30	11,90	31,30	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	50	3,20	0,60	19,20	96,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,10	21,20	67,50	1,80	117,50	0,00	0,00	0,00	
Итого за п	Итого за прием пищи:			30,30	31,70	103,60	825,40	0,40	24,70	1,10	8,20	0,00	0,30	134,50	140,80	444,50		2 103,70	27,20	0,20	0,00	
Всего за де	Всего за день: 1650				79,10	217,30	2 136,60	0,70	37,90	1,50	11,20	1,40	1,10	860,30	255,20	1 098,20	18,70	3 281,50	55,40	0,20	0,00	
Сбалансир	Сбалансированность:					2,8																

4 день - 28.03.2024

	No		ества	Энергети-			Витами	ны			Минеральные вещества										
Сборник	техноло-	Прием пищи,	Macca				ческая			Diramin	111)1					1411111000		-щества			~
рецептур	гической	наименование блюда	порции	Белки,	Жиры,		ценность,	B1,	С, мг	А, мг	Е, мг	Д,	B2,	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se,
рецентур	карты	панменованне олюда	порции	Γ	Γ	ды, г	ккал	МΓ	,	,	,	МКГ	МΓ	,	υ,	,	,	,	,	,	МΓ
	100 121						1111911	3	автрак												
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	1,20	0,00	1,90	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	72,80	0,00	0,10	0,10	0,10		0,10	176,00	7,00	100,00	0,20	17,60	0,00		0,00
2000	190	КАША РИСОВАЯ	250	6 10	,	27.40			,	ŕ			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	31,90	142.60	0,50	224.80	,	,	
2008	189	МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	250	6,10	9,90	37,40	264,30	0,10	0,70	0,10	0,40	0,10	0,20	139,70	·	143,60	,	224,80	12,00	0,00	0,00
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,50	1,20	12,30	66,30	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,10	59,90	9,30	40,50	0,50	88,60	4,50	0,00	0,00
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,70	71,40	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,90	10,20	26,70	0,60	40,80	1,10	0,00	0,00
Итого за п	510	14,80	25,60	64,40	549,60	0,10	1,10	0,20	0,60	0,30	0,30	383,70	58,40	312,60	1,80	373,30	17,60	0,00	0,00		
II Завтрак																Ī					
2011	338	ФРУКТ	100	0,40	0,40	9,50	45,60	0,00	4,00	0,00	0,60	0,00	0,00	14,40	7,20	9,90	2,00	278,00	2,00	0,00	0,00
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,50	0,10	9,60	46,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	4,00	7,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,90	29,80	166,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,60	8,00	36,00	0,80	44,00	0,00	0,00	0,00
Итого за п	рием пищи	1 :	440	4,80	4,90	68,00	350,00	0,10	12,00	0,00	1,30	0,00	0,00	33,00	19,20	52,90	4,20	322,00	2,00	0,00	0,00
Обед																					
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,50	3,10	1,60	37,00	0,00	3,30	0,00	1,30	0,00	0,00	14,00	8,10	16,90	0,40	84,30	0,30	0,00	0,00
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (ГОВЯДИНА)	200	6,20	6,10	12,30	128,90	0,10	6,10	0,20	1,10	0,00	0,10	25,40	24,10	86,40	1,40	512,20	6,30	0,00	0,00
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,50	10,50	14,90	221,00	0,10	0,90	7,80	2,10	0,00	0,00	37,70	120,30	51,20	0,90	44,20	2,10	0,00	0,00
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,60	4,40	8,50	85,70	0,00	21,40	0,40	0,40	0,10	0,10	64,50	25,00	49,00	1,40	278,80	4,80	0,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	14,50	58,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	1,80	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00
		хлеб пшеничный	40	3,10	0,40	18,60	90,40	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	8,30	11,90	31,30	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	50	3,20	0,60	19,20	96,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,10	21,20	67,50	1,80	117,50	0,00	0,00	0,00
Итого за п	29,10	25,00		717,10	0,30	31,70	8,40	5,20	0,10	0,20	171,30	212,30	302,30		1 038,10	13,40	0,10	0,00			
Всего за де	1740	48,70	55,50		1 616,70	0,50	44,80	8,60	7,10	0,40	0,40	588,00	289,90	667,80	12,10	1 733,40	33,00	0,10	0,00		
Сбалансир	Сбалансированность:					3,9															

5 день - 29.03.2024

№ Пищевые вещества							Энергети- Витамины							Минеральные вещества							
Сборник рецептур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Жиры, г		Энергети- ческая ценность, ккал	B1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2,	Са, мг	Мд, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
								3	автрак												
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	1,20	0,00	1,90	0,00	1,50	0,00	0,00	0,00
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	72,80	0,00	0,10	0,10	0,10	0,00	0,10	176,00	7,00	100,00	0,20	17,60	0,00	0,00	0,00
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,30	0,00	0,00	0,10	0,80	0,90	0,20	19,90	4,40	69,60	0,90	56,40	8,10	0,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,20	8,90	31,50	236,10	0,20	0,50	0,00	1,10	0,00	0,00	111,70	39,20	148,10	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,60	3,70	23,90	149,00	0,00	0,70	0,00	0,00		0,20	140,40	30,50	117,20	0,90	250,90	11,70		0,00
БАТОН			30	2,40	0,30		71,40		0,00	0,00	0,00		0,00	6,90	10,20	26,70	0,60	40,80	1,10		0,00
Итого за пј	500	23,90	31,60	70,50	665,40			0,30	2,20	1,00	0,40	456,10	91,20	463,40	3,70	367,20	20,80	0,00	0,00		
II Завтрак																					
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,00	0,20	19,20	92,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	338	ФРУКТ	100	0,40	0,40	9,50	45,60	0,00	4,00	0,00	0,60	0,00	0,00	14,40	7,20	9,90	2,00	278,00	2,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,90	29,80	166,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,60	8,00	36,00	0,80	44,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:			440	4,80	4,90	68,00	350,00	0,10	12,00	0,00	1,30	0,00	0,00	40,00	23,20	59,90	5,60	322,00	2,00	0,00	0,00
									Обед				· ·							·	
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,00	6,10	5,70	81,60	0,00	9,20	0,10	2,60	0,00	0,00	26,80	9,50	17,60	0,50	105,40	1,80	0,00	0,00
2011	81	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,60	8,30	7,00	126,70	0,00	2,50	0,20	1,90	0,00	0,10	35,70	19,10	66,10	1,30	253,40	5,90	0,00	0,00
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ГОВЯЖЬЕЙ ПЕЧЕНЬЮ	240	19,10	16,10	39,70	404,30	0,40	29,90	5,50	3,90	0,10	1,40	57,20	71,90	346,50	6,90	1 615,60		0,20	0,00
2011	354	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,30	2,40	2,20	31,90	0,00	1,40	0,00	1,00	0,00	0,00	4,20	2,70	4,60	0,10	32,50	0,40	0,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	14,50	58,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	1,80	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,40	18,60	90,40	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	8,30	11,90	31,30	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	50	3,20	0,60	19,20	96,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,10	21,20	67,50	1,80	117,50	0,00	0,00	0,00
Итого за п	<u>ΨΟΡΜΟΒΟИ</u> Итого за прием пищи:			32,20	33,80	106,90	889,00	0,50	43,00	5,80	9,80	0,10	1,50	153,60	138,00	533,60	10,90	2 125,40	28,10	0,30	0,00
Всего за де	820 1760	60,90	70,30		1 904,40	_		6,10				649,70		1 056,90		2 814,60	0,90				
Сбалансир		:		1	1,0		, - 0	- 1" "	9- 3	- 7 3	- ,- 3	<i>j</i> = ~	7. ~		, ,		, , ,	,- 0	- 3- 3	- 1	7