07.10.2021

9 день

Директор Гр ООО Л.И. Поспелова

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамин С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0	6	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с молоком сгущенным №237	150/20	27,3	19,5	27,6	401,2	0,4	237	2012
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10	0,1	0	9,8	39,4	0	392	2011
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0		
Итого за прием пищи:	**410**	**29,8**	**28,7**	**52,9**	**594,0**	**0,4**		
Обед								
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (свекольная) №54	50	1,2	2,9	6,4	57,3	3,3	54	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	94,4	5,3	82	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17,2	21,9	19,3	343,8	9,6	309	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1	0,2	19,6	83,4	1,6	399	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122,4	0		
Итого за прием пищи:	**770**	**30,2**	**28,1**	**116,1**	**839,1**	**19,8**		
Полдник								
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	200	5,6	4,9	7,8	102,8	0,6	401	2011
ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,7	70,5	15	368	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**6,2**	**5,5**	**22,5**	**173,3**	**15,6**		
Ужин								
КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ	105	5,2	9,1	18,7	177,4	16,7	143	2012
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	19,4	2	к/к	к/к
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	2,5		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	1,1	393	2011
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0		
Итого за прием пищи:	**422**	**8,9**	**9,9**	**43,1**	**297,4**	**22,3**		
Всего за день:		**75,1**	**72,2**	**234,6**	**1903,8**	**58,1**		

07.10.2021 9 день

Директор Т.О.С. Шпакова

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг		
Завтрак								
Масло сливочное №96	10	0,1	8,1	0,1	72,6	0	96	2004
Запеканка из творога со сгущеным молоком №366	150/20	28,3	20,2	25,6	404,1	0,4	366	2004
Чай с сахаром №685	200	0,2	0	15,0	60,5	0	685	2004
Батон	40	3,1	1,2	20	103,6	0		
Итого за прием пищи:	**420**	**31,7**	**29,5**	**60,7**	**640,8**	**0,4**		
Обед								
Икра свекольная №78	70	1,9	5,5	9,9	97,7	6,1	78	2004
Суп картофельный с макаронными изделиями №140	200	2,3	2,2	16,1	94,0	5,3	140	2004
Сок фруктовый (ананасовый) №707	200	1	0	14,2	60,1	137,6	707	2004
Рагу из птицы №489	230	19,7	22,1	23,2	372,9	12,3	489	2004
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	0		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0		
Итого за прием пищи:	**800**	**31,8**	**30,5**	**108,3**	**838,4**	**161,3**		
Полдник								
Кисломолочный продукт (кефир) №698	200	5,6	4,9	7,8	102,8	0,6	698	2004
Фрукты свежие (апельсин) №341	150	1,4	0,3	11,8	62,6	36	341	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**7,0**	**5,2**	**19,6**	**165,4**	**36,6**		
Всего за день:		**70,5**	**65,2**	**188,6**	**1644,6**	**198,3**		

Зав. производством _____

9 день

07.10.2021

Директор

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг		
Завтрак								
Масло сливочное №96	10	0,1	8,1	0,1	72,6	0	96	2004
Запеканка из творога со сгущеным молоком №366	180/20	33,7	23,7	28,6	472,2	0,4	366	2004
Чай с сахаром №685	200	0,2	0	15,0	60,5	0	685	2004
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	0		
Итого за прием пищи:	**460**	**37,9**	**33,3**	**68,8**	**734,8**	**0,4**		
Обед								
Икра свекольная №78	70	1,9	5,5	9,9	97,7	6,1	78	2004
Суп картофельный с макаронными изделиями №140	250	2,8	2,9	19,9	117,5	6,6	140	2004
Рагу из птицы №489	280	24,0	27,0	28,2	454,1	14,9	489	2004
Сок фруктовый (ананасовый) №707	200	1	0	14,2	60,1	137,6	707	2004
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	0		
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34	160,8	0		
Итого за прием пищи:	**940**	**39,3**	**36,4**	**135,0**	**1028,7**	**165,2**		
Полдник								
Кисломолочный продукт (кефир) №698	200	5,6	4,9	7,8	102,8	0,6	698	2004
Фрукты свежие (апельсин) №341	150	1,4	0,3	11,8	62,6	36	341	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**7,0**	**5,2**	**19,6**	**165,4**	**36,6**		
Всего за день:		**84,2**	**74,9**	**223,4**	**1928,9**	**202,2**		

Зав. производством _____