

22.10.2021

10 день

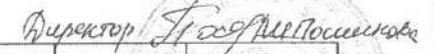
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витами С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	0	7	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336	150	3,6	5,3	15,1	124,5	32,1	336	2011
ФАРШ МЯСНОЙ С ЛУКОМ	60	13,8	13,6	0,9	181,7	0,4	497	2012
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,6	112,1	0,6	397	2011
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>25,8</b>	<b>26,0</b>	<b>48,0</b>	<b>532,2</b>	<b>33,1</b>		
<b>Обед</b>								
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54	50	1,1	2,4	5,6	50,0	2,6	54	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №81	200	4,6	4,4	15,2	117,8	3,7	81	2011
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/50	13,2	6,6	1,8	138,0	10,2	256	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №317	120	4,4	3,7	27,8	162,5	0	317	2011
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0	0	15,5	61,9	0	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,5	25,4	122,4	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>790</b>	<b>31,8</b>	<b>18,0</b>	<b>120,5</b>	<b>790,4</b>	<b>16,5</b>		
<b>Полдник</b>								
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	200	1	0,2	19,6	83,4	1,6	399	2011
ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИН) №371	150	1,4	0,3	11,8	62,6	36	371	2011
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>4,7</b>	<b>3,4</b>	<b>53,7</b>	<b>271,1</b>	<b>37,6</b>		
<b>Ужин</b>								
КАША ВЯЗКАЯ (пшеничная) №168	200	8,1	9,7	44,2	297,2	0,5	168	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	102,5	0,5	395	2011
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>15,0</b>	<b>13,6</b>	<b>86,9</b>	<b>530,7</b>	<b>1,0</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>77,3</b>	<b>61,0</b>	<b>309,1</b>	<b>2124,4</b>	<b>88,2</b>		





22.10.2021

10 день


 Director *Г. А. М. П. С. С. С. С.*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
Сыр порция №970	10	2,2	2,9	0	35,3	0	97	2004
Капуста тушеная с фаршем №214	150/60	21,2	20,0	16,5	331,9	33,1	214	2004
Какао с молоком №693	200	3,8	3,0	24,5	141,1	0,5	693	2004
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>470</b>	<b>31,1</b>	<b>27,4</b>	<b>66,1</b>	<b>637,8</b>	<b>33,6</b>		
<b>Обед</b>								
Икра морковная №78	70	1,8	5,5	8,9	94,1	5,0	78	2004
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	250	5,7	4,5	18,8	139,0	4,6	139	2004
Печень по-строгановски №431	75/50	20,4	15,9	3,7	273,3	15,9	431	2004
Макаронные изделия отварные (рожки) №332	180	6,9	5,9	41,8	247,1	0	332	2004
Компот из смеси сухофруктов №639	200	0	0	19,4	77,4	0	639	2004
Хлеб пеклеванный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	0		
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34	160,8	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>965</b>	<b>44,4</b>	<b>32,8</b>	<b>155,4</b>	<b>1130,2</b>	<b>25,5</b>		
<b>Полдник</b>								
Сок фруктовый (апельсиновый) №707	200	1,6	0	19	87,3	20	707	2004
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	9,6	338	2011
Печенье	30	2,2	2,8	21,6	121,3	0		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>4,4</b>	<b>3,4</b>	<b>54,9</b>	<b>277,0</b>	<b>29,6</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>79,9</b>	<b>63,6</b>	<b>276,4</b>	<b>2045,0</b>	<b>88,7</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_