


24.09.2021 10 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
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		
Итого за прием пищи:	450	25,8	26,0	48,0	532,2	33,1		
Обед								
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		
Итого за прием пищи:	790	31,8	18,0	120,5	790,4	16,5		
Полдник								
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		
Итого за прием пищи:	380	4,7	3,4	53,7	271,1	37,6		
Ужин								
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		
Итого за прием пищи:	450	15,0	13,6	86,9	530,7	1,0		
Всего за день:		77,3	61,0	309,1	2124,4	88,2		

24.09.2021

10 день



Директор *Т. Досева* Попова

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Сыр порция №97	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	40	3,1	1,2	20	103,6	0		
Итого за прием пищи:	460	30,3	27,1	61,0	611,9	33,6		
Обед								
Икра морковная №78	70	1,8	5,5	8,9	94,1	5,0	78	2004
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	200	4,6	3,7	15,1	111,2	3,7	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	150	5,7	4,8	34,8	205,9	0	332	2004
Компот из смеси сухофруктов №639	200	0	0	19,4	77,4	0	639	2004
Хлеб пеклеванный	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:	845	39,4	30,6	126,8	975,6	24,6		
Полдник								
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		
Итого за прием пищи:	380	4,4	3,4	54,9	277,0	29,6		
Всего за день:		74,1	61,1	242,7	1864,5	87,8		

Зав. производством _____

