

09.09.2021

9 день




Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины, 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		

09.09.2021

9 день


Директор *Т. С. Ш. Писакова*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Масло сливочное №96	10	0,1	8,1	0,1	72,6	0	96	2004
Запеканка из творога со сгущенным 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 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:	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 _____

09.09.2021

9 день


 Директор *Л. Осип*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Масло сливочное №96	10	0,1	8,1	0,1	72,6	0	96	2004
Запеканка из творога со сгущенным 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 пеклеванный	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 _____