

23.09.2021 9 день

Директор *И. С. Сидор* *М.И. Михалков*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>29,8</b>	<b>28,7</b>	<b>52,9</b>	<b>594,0</b>	<b>0,4</b>		
<b>Обед</b>								
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>770</b>	<b>30,2</b>	<b>28,1</b>	<b>116,1</b>	<b>839,1</b>	<b>19,8</b>		
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>6,2</b>	<b>5,5</b>	<b>22,5</b>	<b>173,3</b>	<b>15,6</b>		
<b>Ужин</b>								
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>422</b>	<b>8,9</b>	<b>9,9</b>	<b>43,1</b>	<b>297,4</b>	<b>22,3</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>75,1</b>	<b>72,2</b>	<b>234,6</b>	<b>1903,8</b>	<b>58,1</b>		



23.09.2021

9 день

Директор *Л. Осип* *А.И. Осипов*

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>								
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>37,9</b>	<b>33,3</b>	<b>68,8</b>	<b>734,8</b>	<b>0,4</b>		
<b>Обед</b>								
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>940</b>	<b>39,3</b>	<b>36,4</b>	<b>135,0</b>	<b>1028,7</b>	<b>165,2</b>		
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,0</b>	<b>5,2</b>	<b>19,6</b>	<b>165,4</b>	<b>36,6</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>84,2</b>	<b>74,9</b>	<b>223,4</b>	<b>1928,9</b>	<b>202,2</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_