

№ реп.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества, (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		№ тех. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У	В1		В2	С	Са	Fe					
	ЗАВТРАК				200	5,640	4,480	47,450		256,100	0,004	0,027	0,000	20,800	0,923	48	449,88	3,25	
		Вермишель отварная с маслом с сахаром																	
		Вермишель	30	30		5,600	0,480	42,400		201,600		0,024		20,400	0,900		40,00	1,20	
		Масло сливочное	5	5		0,040	4,000	0,050		35,500	0,004	0,003		0,300	0,008		375,88	1,88	
		Сахар	5	5				5,000		19,000				0,100	0,015		34,00	0,17	
		Какао со сгущенным молоком			200	2,090	2,460	18,230		100,380	0,050	0,200	2,000	161,040	0,086	15	487,00	5,90	
		Какао	1	1													277,00	0,28	
		Сгущенное молоко	30	30		2,090	2,460	16,240		92,800	0,050	0,200	2,000	161,000	0,020		176,00	5,28	
		Сахар	10	10				1,990		7,580				0,040	0,066		34,00	0,34	
		Булка с шоколадным маслом			37	2,340	6,300	15,070		122,200	0,010	0,080	0,000	8,400	0,010	44	514,16	6,34	
		Хлеб пшеничный	40	40		2,300	0,900	15,000		72,600	0,010	0,080		8,400	0,010		83,00	3,32	
		Масло шоколадное	7	7		0,040	5,400	0,070		49,600							431,16	3,02	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК				100	0,300		13,800		54,000						105	39,50	3,95	
		Сок																0,00	
	ОБЕД				60	0,910	4,980	5,480		65,380	0,031	0,031	23,600	31,100	0,370	49	198,80	5,28	
		Салат из свежей капусты с кукурузой																	
		Капуста	100	100		0,600		2,050		11,000	0,020	0,020	22,500	24,000	0,300		24,92	2,49	
		Морковь	10	10		0,110		0,030		1,450	0,010	0,010	0,500	5,100	0,070		24,88	0,25	
		Кукуруза	25	25		0,200		3,400		8,000	0,001	0,001	0,600	2,000			83,00	2,08	
		Масло растительное	7	7			4,980			44,930							66,00	0,46	
		Суп картофельный с фасолью на курином бульоне			250	2,950	2,930	11,170		82,800	0,174	0,063	0,900	11,900	0,684	95	665,26	10,59	
		Куры	20	20		1,570	1,130			16,990	0,100	0,020		2,700	0,250		141,65	2,83	
		Картофель	190	190		1,200	0,240	10,400		48,000	0,040	0,020		3,700	0,340		19,97	3,79	
		Лук	10	10		0,130		0,450		2,350	0,001		0,700	2,400	0,060		24,88	0,25	
		Морковь	10	10		0,040		0,300		1,460	0,030	0,003	0,200	2,500	0,030		24,88	0,25	
		Фасоль	30	30													78,00	2,34	
		Масло сливочное	3	3		0,010	1,560	0,020		14,000	0,003	0,020		0,600	0,004		375,88	1,13	
		Рулет мясо-куриный с яйцом и рисом			140	12,820	10,460	20,050		230,940	0,364	0,177	1,000	25,100	2,520	24	1 056,29	23,04	
		Куры	60	60		3,140	2,260			33,980	0,200	0,040		5,400	0,500		141,65	8,50	
		Говядина	20	20		6,400	4,200			65,600	0,040	0,060		4,400	1,120		372,00	7,44	
		Лук	10	10		0,110		0,700		3,300	0,001		1,000	3,400	0,080		24,88	0,25	
		Хлеб пшеничный	15	15		0,700	0,300	5,000		26,000	0,020	0,003		2,000	0,200		83,00	1,25	
		Яйцо	0,5	0,5		1,080	1,160	0,020		15,120	0,080	0,060		6,600	0,440		6,88	3,44	
		Масло сливочное	3	3		0,020	2,340	0,030		21,240	0,007	0,006		1,700	0,010		375,88	1,13	
		Рис	20	20		1,370	0,200	14,300		65,700	0,016	0,008		1,600	0,170		52,00	1,04	
		Томатный соус			60	0,620	2,305	4,080		39,820	0,025	0,034	0,000	2,400	0,195	25	453,84	1,41	
		Томат	3	3		0,140		0,570		2,970		0,006		0,800	0,090		54,00	0,16	
		Мука	5	5		0,460	0,005	3,480		15,850	0,023	0,013		1,450	0,100		23,96	0,12	
		Масло сливочное	3	3		0,020	2,300	0,030		21,000	0,002	0,015		0,150	0,005		375,88	1,13	
		Хлеб ржачий	40	40		2,640	0,480	13,680		72,400	0,070	0,030		14,000	1,500	41	44,80	1,79	
		Компот из сухофруктов			200	0,220	0,000	20,600		85,000	0,100	0,000	0,000	1,300	0,040	37	157,50	1,75	
		Сухофрукты	10	10		0,220		5,600		28,000	0,100			1,000			123,50	1,24	
		Сахар	15	15				15,000		57,000				0,300	0,040		34,00	0,51	

	ПОЛДНИК	Молоко	200	200	200	5,000	4,500	17,000	139,000							65	42,37	8,47
		Варени	60	60	60	2,400	1,400	24,000	168,000		0,030	0,030			18,000	108	90,50	5,43
		ИТОГО:				37,930	40,295	210,610	1 416,020		0,858	0,672	27,500	294,040	7,128		4 199,90	77,20

№ респ.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нето, г	Масса порции (выход), г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			№ техн. карты	Стоимость (руб.)	Сумма
						Б	Ж	У			В1	В2	С		Са	Fe				
	УЖИН	Омлет			80	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000		38	73,21	9,12
		Яйцо	1	1																6,88
		Молоко	50	50																2,12
		Мука	5	5																23,96
		Хлеб ржаной	20	20	20	20													41	44,80
		Чай с сахаром			200	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		16	390,50	0,87
		Заварка	1	1																356,50
		Сахар	15	15																34,00
																				0,00
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000			508,51	10,88

ВСЕГО: 88,08