

№ рсч.	Приём пищи	Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, 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			
	ЗАВТРАК	Вареники «сливочные» с сливочным маслом			110	28,830	14,230	60,060	0,128	0,299	0,500	176,300	1,063	98	342,53	16,34
		Творог	60	60		23,750	8,750	19,000	0,050	0,250	0,500	164,000	0,400		201,81	12,11
		Масло сливочное	5	5		0,040	4,000	0,050	0,004	0,003		0,300	0,008		75,88	0,38
		Мука	10	10		4,500	0,900	36,000	0,034	0,016		8,600	0,420		23,96	0,24
		Яйцо	0,5	0,5		0,540	0,580	0,010	0,040	0,030		3,300	0,220		6,88	3,44
		Сахар	5	5				5,000				0,100	0,015		34,00	0,17
		Кофейный напиток			200	0,139	0,144	15,039	0,000	0,000	0,000	0,300	0,400	14	338,50	0,81
		Кофе зерновой	1	1		0,139	0,144	0,069							304,50	0,30
		Сахар	15	15				14,970				0,300	0,400		34,00	0,51
		Будка со сливочным маслом			37	2,359	6,360	15,010	0,090	0,170	0,000	14,400	0,600	44	458,88	5,95
		Хлеб пшеничный	40	40		2,310	0,900	14,940	0,080	0,090		6,000	0,590		83,00	3,32
		Масло сливочное	7	7		0,049	5,460	0,070	0,010	0,080		8,400	0,010		375,88	2,63
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Мандарин	100	100	100									89	84,75	8,48
	ОБЕД	Салат из моркови с яблоком			60	0,700	3,030	1,800	0,035	0,030	23,000	26,000	3,660	9	222,38	2,81
		Морковь	60	60		0,700	0,040	1,800	0,015	0,020	22,500	24,000	0,300		24,88	1,49
		Яблоко	5	5											131,50	0,66
		Масло растительное	10	10			2,990		0,020	0,010	0,500	2,000	3,360		66,00	0,66
		Суп полевой на курином бульоне			250	3,940	3,900	14,270	0,189	0,083	1,300	19,800	1,032	55	647,76	7,64
		Куры	20	20		2,100	2,200	0,080	0,100	0,020		2,700	0,250		141,65	2,83
		Пшено	15	15		0,600	0,140	3,160		0,007		1,300	0,100		49,50	0,74
		Морковь	10	10		0,100		0,560	0,006	0,007	0,400	5,100	0,070		24,88	0,25
		Лук	10	10		0,150		0,860		0,002	0,900	3,100	0,008		24,88	0,25
		Масло сливочное	4	4		0,010	1,560	0,010	0,003	0,002		0,600	0,004		375,88	1,50
		Картофель	100	100		0,980		9,660	0,080	0,050		7,000	0,600		19,97	2,00
		Соль	6	6								29,440	0,232		11,00	0,07
		Шницель из куриного и говяжьего мяса			60	19,577	19,400	15,959	0,331	0,522	7,300	15,940	2,550	22	1 070,29	22,26
		Говядина	20	20		3,720	3,200		0,060	0,420	7,000	1,740	1,380		372,00	7,44
		Куры	60	60		14,500	12,650	0,560	0,030	0,060		7,400	0,700		141,65	8,50
		Лук	10	10		0,060		0,380		0,008	0,300	1,200	0,030		24,88	0,25
		Масло растительное	4	4			2,000								66,00	0,26
		Масло сливочное	3	3		0,007	0,780	0,010	0,001	0,001		0,300	0,020		375,88	1,13
		Яйцо	0,5	0,5		0,520	0,470	0,029	0,040	0,030		3,300	0,220		6,88	3,44
		Хлеб пшеничный	15	15		0,770	0,300	14,980	0,200	0,003		2,000	0,200		83,00	1,25
		Тушёная капуста			140	1,672	3,130	10,360	0,012	0,078	103,900	82,100	1,108	21	504,56	6,65
		Капуста	180	180		1,280		8,320		0,060	103,000	72,000	0,900		24,92	4,49
		Томат	3	3		0,144		0,570		0,005		0,600	0,070		54,00	0,16
		Лук	10	10		0,120		0,760		0,002	0,900	3,100	0,080		24,88	0,25
		Морковь	10	10		0,100	0,010	0,670	0,006	0,007		5,100	0,050		24,88	0,25
		Масло сливочное	4	4		0,028	3,120	0,040	0,006	0,004		1,300	0,008		375,88	1,50
		Хлеб ржаной	40	40	40	2,640	0,480	13,680	0,070	0,030		14,000	1,500	41	44,80	1,79
		Компот из краги			200	0,000	0,000	15,000	0,000	0,000	0,000	0,300	0,040	39	376,00	3,93

