

№ 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	Ca	Fe					
	ЗАВТРАК	Вермишель отварная с маслом с сахаром			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	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	Сок	100	100		0,300		13,800		54,000						105	39,50	3,95	0,00
	ОБЕД	Салат из свежей капусты с кукурузой			60	0,910	4,980	5,480		65,380	0,031	0,031	23,600	31,100	0,370		49	198,80	5,28
		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 ржаной	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
	Вафли	60	60	60	2,400	1,400	24,000	168,000	0,030	0,030		108	90,50	5,43
	ИТОГО:				37,930	40,295	210,610	1 416,020	0,858	0,672	27,500		4 199,90	77,20

№ реп.	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			B1	B2	C		Ca	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															0,12
		Хлеб ржаной	20	20	20												41	23,96	0,90
		Чай с сахаром			200	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	16	44,80	0,87
		Заварка	1	1															356,50
		Сахар	15	15															34,00
		ИТОГО:				0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000		508,51	10,88