

Директор: *Иванов И.И.*
 Главный врач: *Петрова А.А.*
 Утверждаю: *Кузнецова А.А.*

| № рец. | Наименование блюда | Масса, г | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
|------------------|-----------------------|----------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|---------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe | B1 | C | A |
| 7 октября 2021г. | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| | Вареники со сметаной | 80,00 | 6,10 | 5,80 | 9,40 | 142,20 | 125,00 | 11,25 | 113,58 | 0,21 | 0,15 | 0,10 | 17,00 |
| 42 | Сметана | 11,00 | 0,31 | 2,20 | 0,35 | 22,66 | 9,67 | 0,99 | 6,70 | 0,02 | | | |
| | Масло | 4,00 | 0,06 | 6,44 | 0,90 | 0,00 | 0,59 | 0,00 | 1,35 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 36,27 |
| | Хлеб с повидлом | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
| | Повидло | 23,00 | 0,10 | - | 13,20 | 61,40 | 4,10 | 2,10 | 3,00 | 0,35 | - | - | - |
| | Чай с сахаром | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 13,45 | 28,00 | 11,00 | 0,00 | 0,00 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 20 | Яйцо вареное | 40,00 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | 22,00 | 0,00 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 8 | Апельсин | 145,00 | 0,91 | 0,20 | 9,10 | 40,20 | 5,00 | 0,00 | 75,80 | 2,20 | 0,03 | 10,00 | 0,00 |
| | ИТОГО 1 день : | | 18,32 | 19,94 | 75,91 | 519,70 | 183,66 | 21,04 | 230,93 | 5,88 | 0,28 | 10,10 | 53,27 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|-------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 36 | Суп харчо с курицей | 200/40 | 6,89 | 1,9 | 6,58 | 85,79 | 20,17 | 24,89 | - | 1,13 | 0,12 | 6,43 | - |
| 9 | Каша кукурузная | 150,00 | 6,60 | 5,72 | 9,86 | 184,10 | 16,64 | 47,34 | 134,43 | 1,55 | 0,17 | 0,00 | 21,00 |
| 1 | Котлета куриная | 50,00 | 13,50 | 11,28 | 11,60 | 120,00 | 24,28 | 30,75 | 44,00 | 1,08 | 0,05 | 6,25 | - |
| 23 | Кукуруза | 26,00 | 0,48 | 0,10 | 4,33 | 16,18 | 0,96 | 4,82 | 15,41 | 0,69 | 0,01 | 0,60 | - |
| | Кефир | 90,00 | 2,70 | 1,39 | 3,60 | 74,07 | 148,50 | 16,20 | 123,30 | 0,00 | 0,72 | 1,44 | 0,00 |
| | Пряник | 45,00 | 15,24 | 1,00 | 21,00 | 34,45 | - | - | - | - | - | - | - |
| | Хлеб | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
| | Итого на 1 день: | | 51,17 | 22,09 | 86,20 | 676,83 | 216,85 | 130,70 | 347,64 | 5,85 | 1,17 | 14,72 | 21,00 |