

Университет  
 Директор Мисюк Манорашиевская  
 А.А. Нуррашова 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

16 ноября 2021г.

**Завтрак**

42	Вареники со сметаной	80,00	6,10	5,80	9,40	154,00	125,00	11,25	113,58	0,21	0,15	0,10	17,00
	Сыр	20,00	4,55	4,61	0,00	72,15	10,32	4,11	5,88	0,00	0,17	0,11	3,33
20	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
	Хлеб с маслом	60,00	5,76	0,70	29,23	224,00	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Масло сливочное	10,00	0,13	13,20	1,85	0,00	1,20	0,00	2,76	0,00	0,00	0,00	74,40
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>ИТОГО 1 день :</b>		<b>18,88</b>	<b>28,15</b>	<b>62,18</b>	<b>563,35</b>	<b>153,82</b>	<b>22,06</b>	<b>152,72</b>	<b>2,31</b>	<b>0,42</b>	<b>0,21</b>	<b>94,73</b>

**Обед**

35	Суп молочный с рисом	140,00	4,51	3,01	20,27	95,28	148,66	21,62	128,66	0,24	0,05	0,85	28,64
	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
7	Тефтеля	45,00	4,78	7,21	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
9	Каша кукурузная рассыпчатая	150,00	6,60	5,72	9,86	213,60	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
	Масло сливочное	7,00	0,08	8,46	1,18	0,00	0,77	0,00	1,77	0,00	0,00	0,00	47,67
20	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
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого на 1 день:</b>		<b>24,07</b>	<b>28,94</b>	<b>90,09</b>	<b>698,70</b>	<b>205,25</b>	<b>75,66</b>	<b>378,55</b>	<b>4,64</b>	<b>0,37</b>	<b>0,93</b>	<b>111,69</b>