

инвертало
Директор ООО "Влавоаринвестком"
А.А. Курметова



№ 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
19 ноября 2021г.													
Завтрак													
9	Каша кукурузная	150,00	6,60	5,72	16,21	114,00	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	57,00	31,00	139,00	3,00	0,00	18,00	0,00
	Сыр порционно	13,00	2,75	2,51	0,00	58,39	6,19	2,47	3,58	0,00	0,01	0,05	2,06
	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	9,00	1,90	1,73	0,00	40,29	4,27	1,70	2,47	0,00	0,01	0,03	1,42
8	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
18	Компот из сухофруктов	200,00	0,70	-	8,62	94,20	30,86	17,22	21,59	0,53	0,03	0,70	-
	Конфеты	32,00	1,60	1,20	35,00	68,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО 1 день :		37,89	27,74	100,94	781,88	143,26	106,43	331,57	7,48	0,32	18,78	24,48

Обед													
33	Суп с макаронами и курицей	227,00	2,91	2,29	21,02	116,39	19,68	21,60	53,30	0,87	0,09	6,60	0,00
9	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150,00	6,60	0,38	35,27	176,22	1,22	0,03	162,00	2,43	0,11	0,00	0,02
	Масло сливочное	2,00	0,03	3,22	0,45	0,00	0,29	0,00	0,67	0,00	0,00	0,00	18,14
1	Котлета куриная	50,00	13,50	11,28	11,60	120,00	57,00	31,00	139,00	3,00	0,00	18,00	0,00
	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
8	Яйцо отварное	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00	22,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00
	Сок осветленный	150,00	0,38	0,08	3,35	12,48	0,74	3,72	11,89	0,53	0,01	0,46	0,00
	Итого на 1 день:		34,26	22,55	101,20	650,33	107,23	63,05	397,36	9,23	0,31	25,06	18,16