



 Ответственно
 Руководитель центра
 А.А. Муромова

№ 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	
20 ноября 2021г.														
Завтрак														
4	Плов с курицей	150,00	17,30	15,84	17,70	283,45	0,08	10,10	0,22	4,38	36,60	36,00	186,60	
25	Салат свекольный	30,00	0,19	0,19	4,63	33,31	4,73	0,00	71,63	2,08	0,03	9,45	0,00	
	Кекс	60,00	0,30	1,12	17,94	25,08	-	-	-	-	-	-	-	
	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	
16	Какао	200,00	4,50	3,79	24,50	132,87	113,00	0,00	0,00	0,90	0,04	1,20	-	
	Яблоко	110,00	0,52	0,52	12,26	36,78	12,26	0,00	11,49	2,76	0,03	13,03	0,00	
	ИТОГО 1 день :		28,57	22,16	106,26	673,73	136,37	16,80	113,84	11,52	36,80	59,68	186,60	

№	Наименование	Масса, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
32	Суп с макаронами и курицей	227,00	2,20	2,21	21,02	116,78	18,88	21,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
31	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150,00	6,38	33,33	17,33	176,33	1,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
30	Молоко стерилизованное	2,00	0,22	3,22	0,22	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
29	Котлета куриная	50,00	12,28	11,28	11,00	150,00	22,00	21,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
28	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
27	Яблоко	110,00	0,52	0,52	12,26	36,78	12,26	0,00	11,49	2,76	0,03	13,03	0,00
26	Суп овощной	120,00	0,28	0,28	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
25	Суп овощной	120,00	0,28	0,28	0,28	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
24	Итого за 1 день:		28,57	22,16	106,26	673,73	136,37	16,80	113,84	11,52	36,80	59,68	186,60