

Директор
 Утверждено
 МКФУ "Медиацентр в сфере СОН"
 Куурешова 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
27 ноября 2021г.													
Завтрак													
15	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	108,00	21,85	27,68	39,60	0,97	0,05	5,63	0,00
10	Макароны с сыром	140,00	5,16	4,23	24,73	107,53	4,54	19,74	34,75	1,04	0,06	0,00	19,64
	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
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	0,00	0,33	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	20,46
	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
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
	Груша	100,00	3,78	3,83	0,00	59,88	8,57	3,41	4,88	0,00	0,14	0,09	2,76
	ИТОГО 1 день :		31,44	27,15	78,54	537,80	62,91	61,64	116,37	4,11	0,52	5,83	46,19

Обед													
31	Суп картофельный с мясом	250,00	2,91	8,3	21,05	259,84	17,85	22,84	32,84	0,90	0,12	17,87	0,00
39	Пюре картофельное	80,00	3,28	0,02	28,70	119,20	11,25	0,00	1,17	0,16	28,88	0,00	0,00
2	Рыбная котлета	42,00	12,48	10,08	10,99	148,40	48,89	22,20	218,61	0,88	0,09	3,02	0,01
	Хлеб	60,00	2,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Сон довательный	120,00	0,80	0,00	8,40	8,40	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,25	0,00
	Печенье	10,00	1,10	0,25	10,00	20,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого на 1 день:	202,00	22,88	112,09	118,03	138,09	118,03	60,48	242,11	4,33	0,73	47,03	0,01