

Директор *Ирина Владимировна Куримова*
Ирина Владимировна Куримова 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
15 января 2022г.													
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	40,00	3,92	0,48	19,88	152,32	4,28	4,56	20,74	0,95	0,07	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	105,00	0,50	0,50	11,77	35,31	11,77	0,00	11,03	2,65	0,03	12,51	0,00
	ИТОГО 1 день :		26,71	21,92	96,42	662,34	133,86	14,66	103,62	10,96	36,77	59,16	186,60

Обед													
33	Суп с макаронами и курицей	227,00	2,91	2,50	21,02	114,39	19,68	21,00	23,30	0,87	0,09	0,00	0,00
9	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150,00	6,80	0,38	32,37	174,23	1,32	0,02	162,00	2,42	0,11	0,00	0,00
	Масло сливочное	2,00	0,02	0,22	0,42	0,00	0,28	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	18,14
1	Котлета куриная	42,00	12,12	10,12	102,00	21,82	22,82	38,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	152,32	4,28	4,56	20,74	0,95	0,07	0,00	0,00
2	Риса отварное	40,00	2,08	1,60	0,28	82,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00
	Сок овощной	140,00	0,32	0,12	11,81	0,68	2,46	11,08	0,44	0,01	0,00	0,00	0,00
	Итого на 1 день:	31,04	21,29	20,46	427,84	10,01	27,32	287,12	6,72	0,22	0,00	12,04	18,14