

Директор *Ирина Александровна Курдюмова*
 Руководитель *Ирина Александровна Курдюмова*

№ 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
22 января 2022г.													
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	100,00	3,72	3,05	17,81	77,42	3,27	14,21	25,02	0,75	0,04	0,00	14,14
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	54,11	7,74	3,08	4,41	0,00	0,13	0,08	2,50
	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	40,00	3,92	0,48	19,88	152,32	4,28	4,56	20,74	0,95	0,07	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	88,00	3,33	3,37	0,00	52,69	7,54	3,00	4,29	0,00	0,12	0,08	2,43
ИТОГО 1 день :			26,57	24,14	62,27	472,54	56,01	52,53	94,82	3,37	0,41	5,79	39,53

Итого за 1 день													
31	Суп картофельный с мясом	220,00	2,91	2,3	21,00	220,00	2,91	2,3	21,00	220,00	2,91	2,3	21,00
30	Пюре картофельное	120,00	4,92	4,08	43,02	120,00	4,92	4,08	43,02	120,00	4,92	4,08	43,02
2	Биточек куриный	42,00	12,15	10,15	10,62	42,00	12,15	10,15	10,62	42,00	12,15	10,15	10,62
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Сыр с чесноком	140,00	0,74	0,00	8,27	140,00	0,74	0,00	8,27	140,00	0,74	0,00	8,27
	Печенье	16,00	1,10	0,72	10,00	16,00	1,10	0,72	10,00	16,00	1,10	0,72	10,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00	15,00	3,41	3,46	0,00
	Макароны с сыром	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81	100,00	3,72	3,05	17,81
	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62	45,00	12,15	10,15	10,62
	Груша	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00	88,00	3,33	3,37	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45	200,00	0,00	0,00	13,45
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88	40,00	3,92	0,48	19,88
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51	3,00	0,04	3,63	0,51
	Сыр												