

Директор "Муниципальное учреждение "Центр гигиены и эпидемиологии в г. Самаре"  
 Курримова А.А.



| № рец.         | Наименование блюда           | Масса, г | Пищевые вещества |              |              | Энерг. ценность, ккал | Минер. вещества, мг |              |               |             | Витамины, мг |              |             |
|----------------|------------------------------|----------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|---------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|
|                |                              |          | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                       | Ca                  | Mg           | P             | Fe          | В1           | С            | А           |
| 7 марта 2022г. |                              |          |                  |              |              |                       |                     |              |               |             |              |              |             |
| <b>Завтрак</b> |                              |          |                  |              |              |                       |                     |              |               |             |              |              |             |
| 35             | Суп молочный с рисом         | 200,00   | 4,82             | 3,21         | 30,11        | 132,40                | 158,82              | 23,10        | 137,46        | 0,25        | 0,06         | 0,91         | 0,30        |
|                | Сыр порционно                | 23,00    | 5,25             | 5,31         | 0,00         | 83,20                 | 11,90               | 4,74         | 6,78          | 0,00        | 0,19         | 0,13         | 3,84        |
|                | Хлеб с маслом                | 40,00    | 3,92             | 0,48         | 19,88        | 152,32                | 4,28                | 4,56         | 20,74         | 0,95        | 0,07         | 0,00         | 0,00        |
|                | Масло сливочное              | 14,00    | 0,16             | 15,51        | 2,17         | 0,00                  | 1,41                | 0,00         | 3,24          | 0,00        | 0,00         | 0,00         | 0,70        |
|                | Вафли                        | 20,00    | 0,82             | 5,40         | 12,00        | 61,25                 | -                   | -            | -             | -           | -            | -            | -           |
| 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        |
|                | Йогурт                       | 95,00    | 3,55             | 1,65         | 9,82         | 49,59                 | 0,00                | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 0,00         | 0,00         | 0,00        |
|                | <b>ИТОГО 1 день :</b>        |          | <b>18,52</b>     | <b>31,56</b> | <b>87,43</b> | <b>506,76</b>         | <b>187,41</b>       | <b>32,40</b> | <b>168,22</b> | <b>1,90</b> | <b>0,32</b>  | <b>1,04</b>  | <b>4,84</b> |
| <b>Обед</b>    |                              |          |                  |              |              |                       |                     |              |               |             |              |              |             |
| 27             | Борщ с капустой и картофелем | 200,00   | 1,45             | 12,85        | 21,20        | 184,30                | 35,50               | 21,00        | 42,56         | 0,95        | 0,04         | 8,23         | 0,00        |
| 9              | Каша гречневая рассыпчатая   | 120,00   | 6,03             | 4,53         | 28,94        | 186,29                | 10,49               | 54,57        | 168,55        | 3,19        | 0,15         | 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         | 0,10        |
| 2              | Люля                         | 45,00    | 7,00             | 6,55         | 7,07         | 102,94                | 19,69               | 14,45        | 74,87         | 0,68        | 0,05         | 0,07         | 0,12        |
|                | Сок с мякотью                | 140,00   | 0,71             | 0,00         | 12,10        | 53,15                 | 3,50                | 0,00         | 0,00          | 0,14        | 0,00         | 2,80         | 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        |
|                | <b>ИТОГО 1 день :</b>        |          | <b>19,14</b>     | <b>27,63</b> | <b>89,64</b> | <b>679,00</b>         | <b>73,75</b>        | <b>94,58</b> | <b>307,39</b> | <b>5,91</b> | <b>0,31</b>  | <b>11,10</b> | <b>0,24</b> |