

23.11.2020г.

1 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.эк в.	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				13,0	15,4	108,0	622,4	1,9	0,1	0,7	1,1	599,7	200,3	47,2	2,2
В качестве закуски:			50	3,6	7,6	44,0	259	0,6	0,0	0,0	0,9	244,0	18,3	5,3	0,0
Мучное кондитерское изделие промышленного производства в	50	50													
Каша рисовая жидкая с маслом (р.311-2004)			200/5	7,1	7,4	34,6	233	0,6	0,1	0,7	0,2	345,0	131,8	28,3	0,9
Чай с лимоном (р.686-2004)			200/5	0,1	0,0	15,2	61	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
Хлеб ржаной			20	0,9	0,2	8,7	41	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
Хлеб пшеничный			15	1,2	0,2	5,4	28	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	32,7	9,3	0,6
или Хлеб пшеничный витаминизированный			15												
цена горячего завтрака 80,00															
Обед				34,5	27,9	136,0	934	7,2	0,6	0,6	2,8	226,5	493,5	75,9	7,0
Икра баклажанная промышленного производства для детского питания №101-2004	84	80	80	1,4	4,6	4,1	63	3,2	0,0	0,0	1,4	18,1	18,9	0,0	0,5
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5													
ИЛИ															
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			80/4	0,7	4,0	2,5	49	13,7	0,0	0,0	2,1	14,5	26,7	13,3	0,6
Рассольник ленинградский с мясом, со сметаной (р.132-250/10/5)			250/10/5	4,5	4,0	13,4	108	2,5	0,3	0,2	0,3	20,7	79,4	23,4	1,1
Бефстроганов из отварной говядины (р.423-2004)			100	15,9	14,4	6,3	218	1,50	0,06	0,21	0,15	30,61	180,00	1,40	1,23
Макаронные изделия отварные (р.516-2004)			180	5,8	3,6	44,0	232	0,00	0,06	0,12	0,97	21,91	58,29	8,22	0,85
Сок в ассортименте	200	200	200	0,6	0,2	33,5	138	0,00	0,02	0,00	0,00	110,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб ржаной			30	1,4	0,3	13,1	61	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	5,7	0,8
Хлеб пшеничный			60	4,9	0,8	21,7	114	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
или Хлеб пшеничный витаминизированный			60												
ИТОГО:				48	43	244	1556	9	0,8	1,3	3,9	826	694	123	9
цена второго горячего завтрака 109,6															

подпись ответственного за питание
подпись повара

Шамалева