

4 день 29.08.2023 г

ЗАБРАК

№ сборника рецепта	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный (мг)																					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Масса порции (гр)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный (мг)								
			Итого						ОРЕН																			
3	Каша пшеничная Молочная	150	4	2,8	34,5	138,4	0,1435	0,555	0,015	0,1	137,61	71,1	10,6	0,08	200	7,5	6,28	35,5	296,4	0,1792	0,6612	0,061	0,1	177,88	87,78	13,25	2,2086	
2	Каша с молочком	200	2,5	3,6	18,5	87,6	0,24	0,4	0,16	0,016	122,8	87,6	13,6	87,6	200	2,5	2,5	14,6	97,6	0,24	0,4	0,16	0,016	122,8	87,6	13,6	87,6	
55	Хлеб пшеничный издроповский	50	5	1	14,5	110	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,8	80	6,13	1,5	33,5	148	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,8	
66	Блюдо Итого	100	2,8	2,5	15,5	124	0,03	10	5	0,2	16	0,4	0	3,2	100	2,8	2,5	15	138	0,03	10	5	0,2	14	0,4	0	3,2	
			Итого						ОРЕН																			
			14,3	9,9	63	470	0,6535	10,855	5,175	1,516	324,01	259,91	72,8	92,16	580	18,93	12,76	96,6	680	0,6592	11,0912	5,241	1,516	538,29	277,98	75,45	84,4086	
№ сборника рецепта	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный (мг)																					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Масса порции (гр)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный (мг)								
			Итого						ОРЕН																			
77	Салат из св. огурцов	100	0,5	8,5	2,5	32	0,08	8,9	10	0,2	35	45,7	13,4	0,9	100	0,5	10,5	4,5	100	0,08	8,9	10	0,2	35	45,7	13,4	0,9	
16	Расолник Ленинградский	200	4	6	12	89	0,075	6,7	0,06	0,99	9,38	56,73	24,18	0,85	250	8,2	8,5	21,7	98	0,075	6,7	0,06	0,99	9,38	56,73	24,18	0,85	
10	Каша речневая	150	3,34	3,5	14,1	54	0,075	0,09	0,02	0,18	9,38	8,47	40,8	3,47	180	6	6,8	25,8	82	0,18	0,09	0,03	0,022	12,9	9,15	4,32	4,2	
50	Безостровская из мяса крол	100	4	9	1,5	124	0,16				23,25				120	8,01	12,5	2,2	286	0,2				24			1,4	
9	Мясная котлета	200	1,36	2,5	2,9	200					0,48				200	1,36	2,5	36,5	58					0,48			0,26	
59	Ведли	50	2,5	1,6	35,5	58									50	2,5	2,5	23,5	148	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28	
55	Хлеб пшеничный издроповский	80	8,5	1	16	146	0,24				1,2	27,6	100,8	39,6	2,28	80	8,5	1,62	23,5	148	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28
			Итого						ОРЕН																			
			38,5	38,5	167,5	1175	0,63	15,69	10,08	2,57	105,09	211,7	117,98	8,76	980	35,07	42,42	131,2	632	1,4642	25,7812	15,331	3,928	446,81	448,96	156,45	164,8986	

