

Утверждаю



Киселев, Г. А.

Согласовано

Директор \_\_\_\_\_

## 9 день

Сборник рецептов	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
<b>Завтрак</b>															
2004	302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82	200	5,5	3,4	32,4	181,8	0,1	0,2	0,0	0,6	74,8	14,1	74,0	0,5
2004	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/30	3,1	0,2	38,4	164,7	0,1	0,1	0,0	0,8	12,1	13,8	32,6	1,1
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3	0,0	0,0	0,2	0,0	9,9	3,1	0,0	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	0,0	0,0	0,0	0,6	6,2	8,9	22,7	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,9</b>	<b>3,8</b>	<b>96,2</b>	<b>458,7</b>	<b>0,2</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>2,0</b>	<b>103,0</b>	<b>39,9</b>	<b>129,3</b>	<b>2,3</b>
<b>Обед</b>															
2011	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	60	0,5	0,1	1,5	8,1	0,0	2,4	0,0	0,1	12,4	7,6	22,7	0,4
2011	119	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ТК №119 (ГОРОХ)	200	5,8	3,9	14,9	117,8	0,2	4,1	0,2	1,6	36,2	33,6	81,1	2,0
2004	492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТК №492	150	2,3	3,2	23,6	132,5	0,0	2,8	0,0	1,4	9,4	22,2	60,9	0,6
2004	631	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200	0,2	0,2	14,5	60,8	0,0	1,6	0,0	0,1	13,5	4,8	4,0	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>15,0</b>	<b>8,1</b>	<b>95,3</b>	<b>513,2</b>	<b>0,4</b>	<b>10,9</b>	<b>0,2</b>	<b>5,1</b>	<b>88,4</b>	<b>89,9</b>	<b>237,8</b>	<b>6,1</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>32,4</b>	<b>17,3</b>	<b>222,8</b>	<b>1 182,4</b>	<b>0,8</b>	<b>21,4</b>	<b>0,5</b>	<b>7,5</b>	<b>462,0</b>	<b>181,2</b>	<b>561,5</b>	<b>9,1</b>