

1 день

Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мг									
																			1 день								
1 прием пищи																											
Рис припущенный	150	4,58	4,58	28,58	173,90	4,00	0,14	0,08	113,16	0,07	33,14	95,73	16,82	0,83	14,82	0,00	0,00	0,00	305	2011							
МЯСО (СВИНИНА) ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	25/65	9,00	11,50	7,50	169,50	7,50	0,06	0,15	61,67	2,01	206,00	72,00	17,50	0,00	100,00	0,02	0,01	0,73	256	2011							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	10,29	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	15,43	8,81	6,56	0,80	37,12	0,00	0,00	0,00	377	2011							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008							
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,60	0,27	14,30	0,00	0,00	0,00		2008							
2 прием пищи																											
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ)	13	1,50	3,23	9,30	72,23	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00	0,00		2008							
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,87	0,00	1,31	0,00	0,44	0,00	0,00	0,00	430	2008							
	716	20,13	20,90	90,43	631,67	20,16	0,33	0,33	174,83	2,08	305,71	282,74	72,54	3,65	332,43	0,02	0,01	0,74									
Всего за день:																											

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Витамины										Минеральные вещества											
						С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг									
1 прием пищи																											
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,89	3,76	18,51	127,47	3,01	0,07	0,03	33,11	1,38	81,04	19,64	10,52	0,11	0,00	0,00	0,01	0,01	202-1	2011							
КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ" С СОУСОМ	50/40	8,00	11,80	9,00	74,20	3,95	0,08	0,09	51,00	0,45	64,00	121,50	27,09	0,50	70,00	0,00	0,00	0,20		2008							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01	430	2008							
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,66	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00		2008							
БРУСК МЫТЫЙ (ЗЫЛОКО)	100	0,40	0,40	10,24	49,12	1,00	0,03	0,00	0,01	0,00	2,10	0,00	8,37	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00									
2 прием пищи																											
КОНИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,60	0,27	14,30	0,00	0,00	0,00	377	2011							
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84	0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00	0,00									
Всего за день:	803	18,32	17,54	92,43	504,87	8,70	0,27	0,17	84,12	1,83	183,17	203,25	72,73	2,67	183,40	0,02	0,01	0,22									

3 день

Прием пищи, наименование блюда		3 день																	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества							
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
1 прием пищи																					
КУРНИК (КАРТОФЕЛЬ, КУРИЦА)	100	10,00	10,10	10,71	173,74	3,07	0,09	0,28	38,00	0,83	150,00	120,00	20,00	2,00	122,00	0,02	0,01	0,75	П.П.		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	13,10	65,40	2,07	0,02	0,00	20,00	0,00	59,74	42,35	11,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	379	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008	
2 прием пищи																					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	30	1,50	3,23	9,30	72,23	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00	0,00		430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00			
	580	16,32	14,64	67,88	468,46	12,64	0,23	0,36	58,00	0,83	257,29	256,85	60,61	3,75	288,49	0,02	0,01	0,84			
Всего за день:																					

ТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ
ЦИКЛИЧНИ

№	Сборник рецептур
И. М.	Ф. И. О.
С.М.	Область

Прием пищи, наименование блюда

[illegible]

	1 прием пищи																			
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,67	4,24	16,00	120,84	8,16	0,09	0,18	116,73	2,04	174,76	73,09	10,38	0,86	72,28	0,02	0,01	0,49	771,1	2011
КУРИНАЯ ГРУДКА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	2566	8,00	6,36	25,00	189,24	7,15	0,06	0,24	86,50	2,04	137,50	67,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,22	290	2011
КОМОТ ИЗ ЯГОДЫ	200	0,00	0,00	9,58	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,19	0,00	1,56	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ)	13	1,50	3,23	9,30	72,23	7,50	0,04	0,05	0,00	0,00	30,00	52,50	11,25	0,75	101,25	0,00	0,00	0,00		2008
2 прием пищи																				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/4	0,79	6,00	5,36	78,57	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	2,86	8,57	1,43	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2008
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,87	0,00	1,31	0,00	0,44	0,00	0,00	0,00	430	2008
Всего за день:	727	18,78	20,14	90,43	617,99	22,81	0,28	0,50	202,28	4,08	369,68	243,95	42,43	2,75	239,29	0,02	0,01	0,72		

Прием пищи, наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Масса порции	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
1 прием пищи																								
Плов из птицы	150/25	12,90	15,70	38,00	344,90	12,60	0,19	0,27	147,70	2,00	213,40	198,00	43,00	1,80	191,00	0,00	0,01	0,63	311	2008				
Хлеб пшеничный.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008				
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008				
Фрукт мытый (яблоко)	100	0,33	0,33	8,50	40,77	0,83	0,02	0,00	0,01	0,00	1,74	0,00	3,57	0,10	0,00	0,02	0,00	0,00		2008				
2 прием пищи																								
Кондитерское изделие (печенье)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,80	0,27	14,30	0,00	0,00	0,00	411	2008				
Кисель	200	0,00	0,00	24,14	96,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,61	4,50	1,94	0,00	0,72	0,00	0,00	0,00						
	718	16,50	17,49	105,04	646,19	13,43	0,27	0,30	147,71	2,00	243,47	239,40	62,32	2,77	245,46	0,02	0,01	0,63						
Всего за день:																								

