

11.09.2020г

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.зв.	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак				25,2	29,0	65,8	625,0	0,7	0,2	0,3	3,5	48,5	432,1	45,7	3,8
Бутерброд с маслом (р.1-2004)			30/10	2,3	8,3	14,5	142	0,0	0,0	0,0	0,3	6,4	16,0	2,8	0,2
Курица запеченная (р.494-2004)			100	16,2	15,1	0,7	204	0,67	0,04	0,05	2,56	16,70	230,00	13,46	1,36
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			180	5,5	5,4	26,9	178	0,00	0,17	0,24	0,60	21,60	168,67	25,64	1,69
Чай с сахаром (р.685-2004)			200	0,2	0,0	15,0	61	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
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
цена горячего завтрака 80,00															
Обед				34,7	32,5	124,2	931,6	106,7	0,4	0,6	2,1	321,3	425,6	79,4	4,9
Винегрет овощной №71-2004			80	1,2	5,0	11,9	97	33,4	0,0	0,0	0,1	33,7	21,3	2,9	0,4
Суп с макаронными изделиями с курицей (№147-2013, Пермь)			250/10	5,1	4,4	18,5	134	2,9	0,1	0,6	0,7	22,5	91,2	16,9	0,3
Биточки из говядины (р.451-2004)			100	18,1	14,7	17,0	273	0,89	0,03	0,00	0,29	22,00	155,90	12,94	0,89
Калуста тушеная (р.534-2004)			180	4,3	7,0	14,0	136	67,00	0,09	0,00	0,44	102,70	4,21	3,80	0,51
Сок в ассортименте		200	200	0,6	0,2	15,8	67	0,00	0,0	0,0	0,0	110,00	26,0	8,0	0,00
Фрукты в ассортименте №458-2006, Москва			160	0,2	0,3	15,0	67	2,5	0,1	0,0	0,5	10,0	5,0	2,5	0,0
Хлеб пшеничный			40	3,3	0,6	14,4	76	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
или Хлеб пшеничный витаминизированный			40												
Хлеб ржаной			40	1,9	0,4	17,5	81	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
ИТОГО:				60	61	190	1557	107	0,6	0,9	6	370	858	125	9
цена второго горячего завтрака 109,6															

подпись ответственного за питание
подпись повара Машаева

Ваш