

28.09.2020г.

| 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 Вас  
 подпись повара Шамалева