

День: День 7  
 категория: сотрудники

24.01.2023



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		B1	B2	C	Ca	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>											
33-3	суп молочный рисовый	200	5,28	3,64	23,88	158,36	0,12	0,14	0,94	42	0,86
5-9	Хлеб с джемом	55	3,08	3,35	30,3	157,3	0,005	0,004	0,66	12,155	0,066
117-1	какао-напиток на молоке	200	6,4	6,2	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,14	0,7
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
124-9	напиток лимонный	200	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ОБЕД</b>											
40-1	суп сырный с мясом	200	9,88	7,62	12,64	170,38	0,12	0,08	3,98	39,06	0,98
135-5	горошница	150	4,38	11,25	26,34	190,05	0,3	0,045	0,015	31,65	1,35
5-111	хлеб пшеничный обед	40	0,85	2,45	16,72	85,76	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	компот из кураги	200	0,	1,	27,2	106,	0,2	0,6	3,2	186,	1,
140-6	огурец свежий	60	0,06	0,48	1,5	8,4					
49-1	гуляш мясной	150	17,47	15,91	5,74	244,7	0,081	0,199	0,855	17,793	2,43
<b>ПОЛДНИК</b>											
140-11	фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,	52,13	0,	0,	0,	0,	0,
<b>УЖИН</b>											
77-1	омлет	130	20,51	14,11	5,36	265,89	0,036	1,315	0,548	49,325	0,114
132-2	чай полусладкий	200	2,4	1,12	8,4	32,4	0,002	0,06	6,4	5,6	0,02
5-0	Хлеб пшеничный	40	0,86	2,46	16,74	85,77	0,	0,	0,	0,	0,
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
4-5	кукуруза сахарная консервированная	60	0,58	11,04	25,58	145,3	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>73,42</b>	<b>81,27</b>	<b>266,55</b>	<b>1957,66</b>	<b>0,904</b>	<b>2,683</b>	<b>17,878</b>	<b>604,723</b>	<b>7,52</b>

День: День 7  
 категория: Дети 1-3 лет

24.01.2023

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			жиры	белки	углевод ы		B1	B2	C	Ca	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>											
33-3	суп молочный рисовый	150	3,96	2,73	17,91	118,77	0,09	0,105	0,705	31,5	0,645
5-9	Хлеб с джемом	45	2,52	2,74	24,79	126,7	0,004	0,003	0,54	9,945	0,054
117-1	какао-напиток на молоке	180	5,76	5,58	20,12	152,84	0,036	0,216	0,972	199,026	0,63
<b>ЗАВТРАК 2</b>											
124-9	напиток лимонный	180	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ОБЕД</b>											
40-1	суп сырный с мясом	180	8,89	6,86	11,38	153,34	0,108	0,072	3,582	35,154	0,882
135-5	горошница	120	3,5	9,	21,07	152,04	0,24	0,036	0,012	25,32	1,08
5-111	хлеб пшеничный обед	50	1,07	3,07	20,9	107,2	0,	0,	0,	0,	0,
124-2	компот из кураги	180	0,	0,9	24,48	95,4	0,18	0,54	2,88	167,4	0,9
140-6	огурец свежий	40	0,04	0,32	1,	5,6					
49-1	гуляш мясной	130	15,14	13,79	4,98	212,07	0,07	0,173	0,741	15,421	2,106
<b>ПОЛДНИК</b>											
140-11	фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	49,52	0,	0,	0,	0,	0,
<b>УЖИН</b>											
77-1	омлет	95	14,99	10,31	3,91	194,3	0,027	0,961	0,401	36,045	0,083
132-2	чай полусладкий	180	2,16	1,01	7,56	29,16	0,002	0,054	5,76	5,04	0,018
5-0	Хлеб пшеничный	30	0,64	1,84	12,56	64,33	0,	0,	0,	0,	0,
2-2	Конфеты	28	0,17	0,14	22,79	85,4	0,	0,	0,	0,	0,
4-5	кукуруза сахарная консервированная	40	0,38	7,36	17,06	96,86	0,	0,	0,	0,	0,
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,64</b>	<b>66,13</b>	<b>230,46</b>	<b>1645,53</b>	<b>0,757</b>	<b>2,16</b>	<b>15,593</b>	<b>524,851</b>	<b>6,398</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022272

Владелец Ерастова Татьяна Григорьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024