

Прием пищи	№ рецептуры	Раздел	Наименование блюд	Выход, г	цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					
						Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А, рэт. экв	Д, мкг	
Завтрак	этик.	закуска	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17		1,7	4,42	0,85	49,98	0	0	0,1	0	0	
	227	гарнир	Каша гречневая вязкая с маслом	150		4,35	3,9	20,4	134,25	0,12	0,08	0	19,5	0,08	
	п/к*	240	2 блюдо	Запеканка куриная под сырной шапкой	90		20,17	20,31	2,09	274	0,07	0,18	1,5	225	0,42
	о/о*	81	2 блюдо	Курица запеченная	90		22,41	15,3	0,54	229,77	0,05	0,14	1,24	28,8	0
		104	3 блюдо	Напиток плодово – ягодный витаминизированный	200		0	0	18,6	73	0,3	0,01	20	0,12	1,15
		119	хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	25		1,78	0,18	11,05	60,00	0,025	0,008	0	0	0
		120	хлеб ржаной	Хлеб ржаной	20		1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,024	0,08	0	0
	п/к*			Итого за прием пищи:	502		29,14	29,03	60,43	627,49	0,535	0,302	21,68	244,62	1,65
	о/о**			Итого за прием пищи:	502		31,38	24,02	58,88	583,26	0,515	0,262	21,42	48,42	1,23
	п/к*			Доля суточной потребности в энергии, %						26,70					
о/о**			Доля суточной потребности в энергии, %						24,82						
Обед	115	закуска	Икра кабачковая	60		1,14	5,34	4,62	71,4	0,012	0,03	4,2	0	0	
	36	1 блюдо	Суп рыбный с крупой (рыбные консервы)	200		5	8,6	12,6	147,8	0,1	0,08	10,08	96	0,052	
	п/к*														
	о/о**	82	2 блюдо	Курица запеченная с сыром	95		23,46	16,34	0,57	243,58	0,057	0,14	0,95	28,8	0
	п/к*	520	гарнир	Картофельное пюре с маслом	150		3,04	4,76	20,01	135,04	0,16	0,12	25,74	21,6	0,1
	о/о**	51	гарнир	Картофель отварной с маслом и зеленью	150		3,3	3,9	25,65	151,35	0,15	0,09	21	0	0
		99	3 блюдо	Компот яблочно - смородиновый	200		0,25	0,14	21,41	87,9	0,01	0	38,3	0	0
		119	хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	30		2,13	0,21	13,26	72,00	0,03	0,01	0	0	0
		120	хлеб ржаной	Хлеб ржаной	20		1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,024	0,08	0	0
	п/к*			Итого за прием пищи:	660		12,7	19,27	79,34	550,4	0,332	0,264	78,4	117,6	0,152
о/о**			Итого за прием пищи:	755		36,42	34,75	85,55	810,29	0,379	0,374	74,61	124,8	0,052	
п/к*			Доля суточной потребности в энергии, %						23,42						
о/о**			Доля суточной потребности в энергии, %						34,48						

п/к* - полный комплект оборудования (УКМ, мясорубка)

о/о** - отсутствие оборудования (УКМ, мясорубка)

