

Прием пищи	№ рецептуры	Раздел	Наименование блюд	Выход, г	цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Мин			
						Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А, рэт. экв	Д, мкг	Са	Р	Мг	
Завтрак	этик.	закуска	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17,5		1,7	4,42	0,85	49,98	0	0	0,1	0	0	25,16	18,19	3,74	
	п/к*	153	2 блюдо	Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью	90		12,69	9	12,6	181,98	0,07	0,13	12,85	54	0,23	39,34	131,54	27,1
	о/о**	437	2 блюдо	Гуляш (говядина)	100		15,3	17,69	3,55	234,55	0,06	0,11	2,44	0	0	11,39	159,18	20,86
		511	гарнир	Рис отварной с маслом	150		3,7	5,2	38,5	219	0,02	0,03	0	0,21	0,08	57,73	92,89	16,2
		107	3 блюдо	Сок фруктовый	200		0,8	0,2	23,2	94,4	0,02		4	0		16	18	10
		119	хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	30		2,13	0,21	13,26	72,00	0,03	0,01	0	0	0	11,1	65,4	19,5
		120	хлеб ржаной	Хлеб ржаной	20		1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,024	0,08	0	0	6,8	24	8,2
	п/к*			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>507,5</b>		22,16	19,25	95,85	653,62	0,16	0,194	17,03	54,21	0,31	156,13	350,02	84,74
	о/о**			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>517,5</b>		24,77	27,94	86,8	706,19	0,15	0,174	6,62	0,21	0,08	128,18	377,66	78,5
	п/к*			<b>Доля суточной потребности в энергии, %</b>						<b>27,81</b>								
о/о**			<b>Доля суточной потребности в энергии, %</b>						<b>30,05</b>									
Обед	106	закуска	Оеурцы порционные	60		0,48	0,06	1,5	8,4	0,018	0,02	6	10	0	13,8	25,2	8,4	
	144	1 блюдо	Суп картофельный с горохом и мясом	210		7,9	7,04	17,21	164,02	0,22	0,1	11,35	0	0	25,9	105,49	33,78	
	86	2 блюдо	Жаркое с мясом (говядина)	240		20,88	8,88	24,48	428,64	0,21	0,22	11,16	24	0	37,65	237,07	53,66	
	638	3 блюдо	Компот из кураги	200		1,3	0	23,73	96	0,02	0,02	1	0	0	40,2	45,38	26,25	
	119	хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	30		2,13	0,21	13,26	72,00	0,03	0,01	0	0	0	11,1	65,4	19,5	
	120	хлеб ржаной	Хлеб ржаной	20		1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,024	0,08	0	0	6,8	24	8,2	
				<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>		33,83	16,41	87,62	<b>805,32</b>	0,518	0,394	29,59	34	0	135,45	502,54	149,79
				<b>Доля суточной потребности в энергии, %</b>						<b>34,27</b>								

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

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

**еральные вещества, мг**

<b>Fe</b>	<b>K</b>	<b>I</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
0,1	0	0	0	0
2,17	310,86	0,006	0,018	0,12
2,32	266,67	0,006	0	0,05
0,76	0,52	0	0,008	0,027
0,4				
0,84	27,9	0,001	0,002	0
0,46	73,5	0,002	0,002	0,012
4,73	412,78	0,009	0,03	0,159
4,88	368,59	0,009	0,012	0,089
0,36	117,6	0	0,0002	0
2,14	499,2	0,004	0,002	0,02
3,04	971,5	0,014	0,0005	0,12
0,83	243	0,0006	0,0004	0
0,84	27,9	0,001	0,002	0
0,46	73,5	0,002	0,002	0,012
7,67	1932,7	0,0216	0,0071	0,152