

И.П. Круглий

19 июня 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом; 181,84	155	6,24	8,03	27,92	209,45	0,18		38,74		109,98	176,16	53,08	1,31	
Сыр (порциями) ; 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Масло сливочное ; 401	10	0,08	7,25	0,13	66,10			45,00	0,10	2,40	3,00		0,02	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Яблоко ; 38,01	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого		12,63	18,82	78,87	536,05	0,36		113,68	0,70	242,68	279,90	75,82	5,11	
Обед														
Помидоры свежие ; 25,05	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	15,00	79,80	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ; 56,13	250/10	2,11	5,71	10,48	102,56	0,06		221,70		45,28	54,52	24,42	1,13	
Плов из говядины ; 524,22	200	19,22	22,58	53,49	495,48	0,12		316,00		26,22	257,82	59,78	3,00	
Витаминизированный кисель ; 305,11	200			23,50	95,00	0,30	20,10							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Плюшка московская ; 433,09	75	6,48	5,01	43,73	245,71	0,10	0,07	30,57	1,02	22,13	58,85	10,10	0,79	
Итого		33,27	34,02	163,78	1097,15	0,84	35,17	648,07	1,44	116,73	445,29	123,10	7,11	217,82

Начальник ОДДП *Исламова* Исламова Н.А.