



именование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углевод оды		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>1 день</b>														
<b>зтрак</b>														
пеканка из творога	213	200/30	26,70	19,38	39,59	442,00	0,61	0,67	0,33	0,01	329,30	344,91	48,92	1,13
шоколад на молоке	274	200	3,60	2,70	13,80	93,00	0,14	0,52	0,01	0,15	110,40	90,00	14,00	0,88
героброд с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
шоколад		200	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	0,00	0,00	20,00	151,60	0,00	4,40
<b>итого: завтрак</b>			<b>39,51</b>	<b>32,93</b>	<b>94,4</b>	<b>841,11</b>	<b>0,92</b>	<b>21,22</b>	<b>140,84</b>	<b>0,75</b>	<b>562,9</b>	<b>735,61</b>	<b>89,32</b>	<b>7,31</b>
<b>ед</b>														
салат из капусты пюреобразной т/о	6	100	2,20	4,50	10,50	91,00	0,08	22,70	0,00	0,3	61,30	16,57	9,10	0,80
суп из свежей капусты на сокостном бульоне	52	250	1,95	6,74	7,99	100,43	0,10	11,97	0,00	0,00	32,42	47,63	22,25	0,70
отлета из говядины с картошкой	99	100/30	15,54	16,79	13,08	163,69	0,21	1,12	23,01	2	32,66	142,30	29,44	1,30
пшеница гречневая рассыпчатая	165	200/7	13,72	7,82	65,40	244,44	0,47	0,00	0,02	1,2	21,58	250,20	81,00	7,00
хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,2
хлеб ржаной	879	50	2,35	0,35	7,28	107	0,13	0	0	0,56	17,5	0	0	1,95
компот с/ф	278	200	1,00	0,06	27,50	110,00	0,02	0,32	0,00	0,6	28,70	0,00	0,00	0,62
<b>итого: обед</b>			<b>44,46</b>	<b>36,66</b>	<b>185,15</b>	<b>928,06</b>	<b>1,33</b>	<b>36,11</b>	<b>23,03</b>	<b>5,18</b>	<b>227,16</b>	<b>456,7</b>	<b>9</b>	<b>16,57</b>
<b>итого:</b>			<b>83,97</b>	<b>69,59</b>	<b>279,55</b>	<b>1769,11</b>	<b>2,25</b>	<b>57,33</b>	<b>163,87</b>	<b>5,93</b>	<b>790,06</b>	<b>1192,31</b>	<b>1</b>	<b>23,88</b>

наименование блюд	№ Тех. карты	Выход/ г/	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			белки	жиры	углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
<b>2 день</b>														
<b>Завтрак</b>														
Молочный омлет	75	250	5,49	4,06	41,25	223,52	0,23	0,63	30,60	0,00	135,60	137,98	24,14	0,40
Фейный напиток на молоке	272	200	2,90	2,80	14,90	94,00	1,23	0,52	0,08	0,1	105,90	45,00	7,00	0,10
Герброд с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
Чай		200	0,30		4,48	116,2	0,01	10,00	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого: завтрак</b>			<b>17,1</b>	<b>16,91</b>	<b>77,56</b>	<b>645,83</b>	<b>1,58</b>	<b>11,18</b>	<b>171,18</b>	<b>0,6</b>	<b>355</b>	<b>332,08</b>	<b>57,54</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>														
Салат из свеклы т/о	26	100	1,50	4,50	16,50	108,00	0,06	3,31	0,00	0,00	26,98	40,97	20,90	1,01
Картофельный суп на м/к	58	250	2,16	2,56	16,48	144,66	0,17	9,65	0,00	0,3	16,10	47,63	22,25	1,02
Охотничья каша	201	200/5	19,00	4,60	41,10	285,01	0,55	0,00	0,00	0,5	146,20	0,00	0,00	5,68
Вяшеное мясо из отварной говядины	92	100/75	21,62	20,70	5,06	292,98	0,28	1,37	0,00	0,52	19,64	0,00	0,00	4,37
Хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,56	33	0	0	4,2
Хлеб ржаной	879	50	2,35	0,35	7,28	107	0,13	0	0	0,6	17,5	0	0	1,95
Компот из с/ф	278	200	1	0,06	27,5	110	0,02	0,32	--	0,6	28,7	---	---	0,62
<b>Итого: обед</b>			<b>55,33</b>	<b>33,17</b>	<b>167,32</b>	<b>1159,15</b>	<b>1,53</b>	<b>14,65</b>	<b>--</b>	<b>2,48</b>	<b>288,12</b>	<b>88,6</b>	<b>43,15</b>	<b>18,85</b>
<b>Итого:</b>			<b>72,43</b>	<b>50,08</b>	<b>244,88</b>	<b>1804,98</b>	<b>3,11</b>	<b>25,83</b>	<b>171,18</b>	<b>3,08</b>	<b>643,12</b>	<b>420,68</b>	<b>100,6</b>	<b>20,25</b>

наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
суп														
завтрак														
блинчики с творогом со сметаной	215	200/15	25,87	15,44	40,58	307,08	0,52	0,92	89,95	0,00	248,20	350,70	39,60	1,40
пюре на молоке	274	200	3,60	2,70	13,80	93,00	0,14	0,52	0,01	0,15	110,40	90,00	14,00	0,88
хлебобулочные изделия с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
салат		200	0,50		12,25	47,50	0,07	60,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,30
<b>итого: завтрак</b>			<b>38,38</b>	<b>28,19</b>	<b>88,04</b>	<b>659,69</b>	<b>0,84</b>	<b>61,47</b>	<b>230,46</b>	<b>0,65</b>	<b>496,10</b>	<b>589,8</b>	<b>80</b>	<b>3,48</b>
суп														
картофель тертая термически обработанная	17	100	2,50	0,10	24,80	108,00	1,06	2,43	0,00	0,00	61,49	0,00	0,00	1,38
салат из овощей с фасолью в овощном бульоне	63	250	5,89	4,93	20,44	252,08	0,20	4,33	0,00	0,3	30,45	0,00	0,00	2,15
котлета из говядины с картофельным пюре	100	100/30	15,54	16,79	13,08	163,69	0,21	1,12	23,01	2	32,66	142,30	29,44	1,30
говядина тушеная	134	200	4,48	5,81	20,54	152,34	0,16	37,90	0,00	0,00	118,00	0,00	0,00	1,75
хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
хлеб ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
салат	291	200	1,00	0,06	27,50	110,00	0,02	0,32	0,00	0,00	28,70	0,00	0,00	0,62
<b>итого: обед</b>			<b>40,41</b>	<b>28,69</b>	<b>160,36</b>	<b>1004,61</b>	<b>2,1</b>	<b>46,1</b>	<b>23,01</b>	<b>3,38</b>	<b>321,8</b>	<b>142,30</b>	<b>29,44</b>	<b>13,35</b>
<b>итого:</b>			<b>70,29</b>	<b>59,42</b>	<b>239,51</b>	<b>1664,3</b>	<b>2,94</b>	<b>107,57</b>	<b>253,47</b>	<b>4,03</b>	<b>817,9</b>	<b>731,6</b>	<b>109,44</b>	<b>16,83</b>

*Сид*

наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак														
пюре рисовая молочная каша	173	250/7	10,12	10,01	68,41	404,18	0,40	1,08	452,90	0,3	244,00	346,49	25,97	0,78
чай кипяченое	385	200	4,58	3,98	20,00	76,00	0,06	2,26	0,02	0	0,48	141,75	21,75	1,5
хлеб с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
<b>итого: завтрак</b>			<b>23,11</b>	<b>24,04</b>	<b>109,82</b>	<b>692,29</b>	<b>0,57</b>	<b>3,37</b>	<b>593,42</b>	<b>0,8</b>	<b>347,98</b>	<b>637,34</b>	<b>74,12</b>	<b>3,18</b>
обед														
салат в нарезке на растительном масле т/о	6	100	2,20	4,50	10,50	91,00	0,08	22,70	0,00	0,00	61,30	16,57	9,10	0,80
котлеты с капустой на мясном бульоне	54	250	1,93	5,30	9,21	92,26	0,12	13,50	0,00	0,1	55,90	53,23	26,25	1,41
картофель припущенная	77	100	29,01	9,01	0,96	310,05	0,39	0,31	23,01	0,5	22,30	142,30	29,44	0,71
пшено перловая рассыпчатая	129	200/7	4,51	6,39	31,99	207,00	0,25	1,98	0,00	0,9	20,68	0,00	0,00	1,82
сок с/ф	278	200	1,00	0,06	27,50	110,00	0,02	0,32	0,00	0,6	28,70	0,00	0,00	0,62
хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
хлеб ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
<b>итого: обед</b>			<b>49,65</b>	<b>26,26</b>	<b>134,1</b>	<b>1028,81</b>	<b>1,31</b>	<b>38,81</b>	<b>23,01</b>	<b>3,18</b>	<b>239,38</b>	<b>212,1</b>	<b>64,79</b>	<b>11,51</b>
<b>итого:</b>			<b>72,76</b>	<b>50,3</b>	<b>243,98</b>	<b>1721,1</b>	<b>1,88</b>	<b>42,18</b>	<b>616,43</b>	<b>3,98</b>	<b>587,36</b>	<b>849,44</b>	<b>138,91</b>	<b>14,69</b>

*Вид*  
5

наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углевод оды		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак														
пшеничная вязкая молочная из														
пшеница	187	250/7	7,67	8,20	52,47	314,32	0,35	0,68	0,00	0,6	158,20	0,00	0,00	1,00
сваренная на молоке	274	200	3,60	2,70	13,80	93,00	0,14	0,52	0,01	0,15	110,40	90,00	14,00	0,88
пшеничный хлеб с сыром	3	100	7,60	4,30	23,70	168,00	0,15	0,09	0,00	0,00	153,10	0,00	0,00	0,00
<b>итого: завтрак</b>			<b>18,87</b>	<b>15,2</b>	<b>89,97</b>	<b>575,32</b>	<b>0,64</b>	<b>1,29</b>	<b>0,01</b>	<b>0,75</b>	<b>421,7</b>	<b>90</b>	<b>14</b>	<b>1,88</b>
обед														
салат из свеклы т/о	26	100	1,50	4,50	16,50	108,00	0,06	3,31	0,00	0,00	26,98	0,00	0,00	1,01
картофельный суп с														
картофельными, на мясном														
бульоне	54	250	2,33	8,25	13,58	171,50	0,13	8,18	0,23	0,00	50,60	53,23	26,25	1,15
с курицей	122	200	21,92	27,35	40,63	496,38	0,37	2,38	0,00	2,08	38,50	0,00	0,00	3,25
пшеничный хлеб в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
хлеб ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
сельдь	291	200	1	0,06	27,5	110	0,02	0,32	0,00	2,2	0,48	0,00	0,00	0,06
<b>итого: обед</b>			<b>37,75</b>	<b>41,16</b>	<b>152,21</b>	<b>1104,38</b>	<b>1,03</b>	<b>14,19</b>	<b>0,23</b>	<b>5,36</b>	<b>167,06</b>	<b>53,23</b>	<b>26,25</b>	<b>11,62</b>
<b>итого:</b>			<b>56,62</b>	<b>56,36</b>	<b>242,18</b>	<b>1679,7</b>	<b>1,67</b>	<b>15,48</b>	<b>0,24</b>	<b>6,11</b>	<b>588,76</b>	<b>143,23</b>	<b>40,25</b>	<b>13,5</b>

*Handwritten signature*

Наименование блюда	№ тех.карты	Выход д/г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			Наименование блюда
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
Сметанка из творога	213	200/30	26,7	19,38	39,59	442	0,61	0,67	0,33	0,1	329,30	344,91	48,92	1,13
Молочный напиток на молоке	272	200	2,90	2,80	14,90	94,00	1,23	0,52	0,08	0,1	105,90	45,00	7,00	0,10
Хлебобулочные изделия с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
<b>Итого: завтрак</b>			<b>38,01</b>	<b>32,23</b>	<b>75,9</b>	<b>748,11</b>	<b>1,95</b>	<b>1,22</b>	<b>140,91</b>	<b>0,7</b>	<b>538,7</b>	<b>539,01</b>	<b>82,32</b>	<b>2,13</b>
Салат из свежей капусты на овощном бульоне	17	100	2,50	0,10	24,80	108,00	1,06	2,43	0,10	0,00	61,49	0,00	0,00	1,38
Суп картофельный отварной	52	250	1,95	6,74	7,99	100,43	0,10	11,97	0,00	0,00	32,42	47,63	22,25	0,70
Суп из говядины с картофелем	129	200/7	4,19	5,24	32,84	195,28	0,25	1,98	0,00	0,9	20,68	0,00	0,00	1,82
Хлеб пшеничный в/с	100	100/30	15,54	16,79	13,08	163,69	0,21	1,12	23,01	2	32,66	142,30	29,44	1,30
Хлеб ржаной	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
Суп молочный с/ф	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
Итого: обед	278	200	1,00	0,06	27,50	110,00	0,02	0,32	0,00	0,6	28,70	0,00	0,00	0,62
<b>Итого:</b>			<b>36,18</b>	<b>29,93</b>	<b>160,21</b>	<b>895,9</b>	<b>2,09</b>	<b>17,82</b>	<b>23,11</b>	<b>4,58</b>	<b>226,45</b>	<b>189,93</b>	<b>51,69</b>	<b>11,97</b>
			<b>74,19</b>	<b>62,16</b>	<b>236,11</b>	<b>1644,01</b>	<b>4,04</b>	<b>19,04</b>	<b>164,02</b>	<b>5,28</b>	<b>765,15</b>	<b>728,94</b>	<b>134,0</b>	<b>14,1</b>

*Handwritten signature*

наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
хлеб														
хлеб из пшеницы														
хлеб из ржаной														
хлеб из шиповника														
хлеб пшеничный в/с	209	200/10	19,79	31,57	8,21	398,42	0,44	0,04	452,90	1,36	106,00	346,49	25,97	2,60
хлеб ржаной	274	200	3,60	2,70	13,80	93,00	0,14	0,52	0,01	0,15	110,40	90,00	14,00	0,88
хлеб из шиповника	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
хлеб из пшеницы		200	0,30		4,48	116,2	0,01	10,00	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00
<b>итого: завтрак</b>			<b>32,1</b>	<b>44,32</b>	<b>47,9</b>	<b>819,73</b>	<b>0,7</b>	<b>10,59</b>	<b>593,41</b>	<b>2,01</b>	<b>327,9</b>	<b>585,59</b>	<b>66,37</b>	<b>4,38</b>
салат из капусты														
салат из свеклы														
салат из картофеля														
салат из капусты с яблоком	6	100	2,20	4,50	10,50	91,00	0,08	22,70	0,00	0,3	61,30	16,57	9,10	0,80
салат из картофеля с картошкой														
салат из картофеля с картошкой	58	250	4,82	9,50	18,57	180,82	0,17	9,65	0,00	0,3	16,10	47,63	22,25	1,02
салат из говядины	92	100/75	21,62	20,7	5,06	252,98	0,28	1,37	0,00	0,5	19,64	0,00	0,00	4,37
салат из картофеля														
салат из картофеля	202	200/10	7,49	7,09	51,58	254	0,11	0,00	0,00	1,73	14,28	0,00	0,00	1,12
салат из пшеницы	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
салат из ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
салат из шиповника	268	388	0,40	0,20	15,72	75,76	0,01	100	0,00	0,00	21,34	15,6	2,72	0,4
<b>итого: обед</b>			<b>47,53</b>	<b>42,99</b>	<b>155,4</b>	<b>1113,06</b>	<b>1,1</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>3,91</b>	<b>183,16</b>	<b>79,8</b>	<b>34,07</b>	<b>13,86</b>
<b>итого:</b>			<b>79,63</b>	<b>87,31</b>	<b>203,33</b>	<b>1932,79</b>	<b>1,8</b>	<b>1</b>	<b>593,41</b>	<b>5,92</b>	<b>511,06</b>	<b>665,39</b>	<b>4</b>	<b>18,24</b>



наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак														
хлеб с изюмом	196	250	5,36	4,83	49,82	264,20	0,15	2,15	0,00	0,00	27,10	0,00	0,00	1,20
хлеб с молоком	269	200	1,60	1,80	12,40	69,00	0,10	0,64	0,01	0,2	60,30	90,00	14,00	0,08
хлеб с маслом	1	50/20	3,13	13,16	21,72	220,18	0,13	0,00	0,00	0,5	13,62	0,00	0,00	1,02
хлеб с маслом		200	0,50		12,25	47,50	0,01	60,00	0,00	0,00	34,00	0,00	0,00	0,30
итого: завтрак			<b>10,59</b>	<b>19,79</b>	<b>96,19</b>	<b>600,88</b>	<b>0,39</b>	<b>62,79</b>	<b>0,01</b>	<b>0,7</b>	<b>135,02</b>	<b>90</b>	<b>14</b>	<b>2,6</b>
обед														
картофель в нарезке на растительном масле т/о	6	100	2,50	4,50	10,50	91	0,08	22,7	0,00	0,00	61,30	16,57	9,10	0,80
салат из овощей с фасолью на овощном бульоне	63	250	5,89	4,93	20,44	252,08	0,20	4,33	0,00	0,3	30,45	0,00	0,00	2,15
картофель отварной	121	200/50	3,53	5	25,04	162	0,2	1,55	0	0,00	16,18	0	0	1,42
картофель тушеная с овощами	129	100/30	29,01	9,01	0,96	310,05	0,39	0,31	23,01	0,5	22,30	142,30	29,44	0,71
картофель пюре из с/ф.	278	200	1,00	0,06	27,50	110,00	0,02	0,32	0,00	0,6	28,70	0,00	0,00	0,62
хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
хлеб ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
итого: обед			<b>52,63</b>	<b>24,5</b>	<b>4</b>	<b>1143,63</b>	<b>1,34</b>	<b>29,21</b>	<b>23,01</b>	<b>2,48</b>	<b>209,43</b>	<b>158,87</b>	<b>38,57</b>	<b>11,85</b>
итого:			<b>63,22</b>	<b>44,29</b>	<b>234,63</b>	<b>1744,51</b>	<b>1,73</b>	<b>92</b>	<b>23,02</b>	<b>3,18</b>	<b>344,45</b>	<b>248,87</b>	<b>52,54</b>	<b>14,45</b>

*Сид*

наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			белки	жиры	углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
завтрак															
блинчики с творогом со шпинатом	215	200/15	25,87	15,44	40,58	307,08	0,52	0,92	89,95	0,00	248,20	350,70	39,60	1,40	
молоко кипяченое	385	200	4,58	3,98	20,00	76,00	0,06	2,26	0,02	0	0,48	141,75	21,75	1,5	
хлебобулочные изделия с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90	
<b>итого: завтрак</b>			<b>38,86</b>	<b>29,47</b>	<b>81,99</b>	<b>595,19</b>	<b>0,69</b>	<b>3,21</b>	<b>230,47</b>	<b>0,5</b>	<b>352,18</b>	<b>641,55</b>	<b>87,75</b>	<b>3,80</b>	
салат из свеклы т/о	26	100	1,50	4,50	16,50	108,00	0,06	3,31	0,00	0,00	26,98	0,00	0,00	1,01	
салат с капустой на мясном бульоне	54	250	1,93	5,30	9,21	92,26	0,12	13,50	0,00	0,1	55,90	53,23	26,25	1,41	
говядина тушеная	134	200	4,49	5,81	20,54	152,34	0,16	37,90	0,00	0,00	118,00	0,00	0,00	1,75	
котлеты из мяса говядины с картошкой	105	100/50	14,85	15,32	19,83	246,59	0,20	2,42	0,00	0,00	37,44	0,00	0,00	1,43	
хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20	
хлеб ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95	
сок апельсиновый с/ф	278	200	1,00	0,06	27,50	110,00	0,02	0,32	0,00	0,6	28,70	0,00	0,00	0,62	
<b>итого: обед</b>			<b>34,76</b>	<b>31,99</b>	<b>147,58</b>	<b>927,69</b>	<b>1,01</b>	<b>57,45</b>	<b>0,00</b>	<b>1,78</b>	<b>317,52</b>	<b>53,23</b>	<b>26,25</b>	<b>12,37</b>	
<b>итого:</b>			<b>73,62</b>	<b>61,46</b>	<b>229,57</b>	<b>1522,88</b>	<b>1,7</b>	<b>60,66</b>	<b>230,47</b>	<b>2,28</b>	<b>669,7</b>	<b>694,78</b>	<b>114</b>	<b>16,17</b>	

*Сид*

наименование блюда	№ тех.карты	в ы х о д /г/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кКал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углево оды		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
день														
завтрак														
хлеб натуральный	209	200/10	19,79	31,57	8,21	398,42	0,44	0,04	452,90	1,36	106,00	346,49	25,97	2,60
чайный напиток на молоке	272	200	2,90	2,80	14,90	94,00	1,23	0,52	0,08	0,00	105,90	45,00	7,00	0,10
хлебобулочные изделия с маслом, сыр	2	50/20/7	8,41	10,05	21,41	212,11	0,11	0,03	140,50	0,5	103,50	149,10	26,40	0,90
итого: завтрак			<b>31,1</b>	<b>44,42</b>	<b>44,52</b>	<b>704,53</b>	<b>1,78</b>	<b>0,59</b>	<b>593,48</b>	<b>1,86</b>	<b>315,4</b>	<b>540,59</b>	<b>59,37</b>	<b>3,6</b>
обед														
салат из капусты с квашеной т/о	6	100	2,20	4,50	10,50	91,00	0,08	22,70	0,00	0,00	61,30	16,57	9,10	0,80
суп вермишелевый на говяжьем бульоне	59	250	2,49	2,54	17,77	103,92	0,12	11,60	0,00	0,15	18,80	0,00	0,00	1,10
салат с курицей	122	200	21,92	27,35	40,63	496,38	0,37	2,38	0,00	208	38,50	0,00	0,00	3,25
салат с сельдереем	291	200	1	0,06	27,5	110	0,02	0,32	0,00	2,2	0,48	0,00	0,00	0,06
хлеб пшеничный в/с	878	60	7,7	0,4	53,4	111,5	0,32	0	0	0,52	33	0	0	4,20
хлеб ржаной	879	50	3,30	0,60	0,60	107	0,13	0,00	0,00	0,56	17,50	0,00	0,00	1,95
итого: обед			<b>38,61</b>	<b>35,45</b>	<b>150,4</b>	<b>1019,8</b>	<b>1,04</b>	<b>37</b>	<b>0</b>	<b>5,51</b>	<b>169,58</b>	<b>16,57</b>	<b>9,10</b>	<b>11,36</b>
итого:			<b>69,71</b>	<b>79,87</b>	<b>194,92</b>	<b>1724,33</b>	<b>2,82</b>	<b>37,59</b>	<b>593,48</b>	<b>7,37</b>	<b>484,98</b>	<b>557,16</b>	<b>68,47</b>	<b>14,96</b>
итого за 10 дней			<b>716,4</b>	<b>620,8</b>	<b>2348,7</b>			<b>601,9</b>	<b>2809,5</b>	<b>47,1</b>			<b>1089,</b>	<b>167,0</b>
			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>17207,71</b>	<b>23,94</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>6202,54</b>	<b>6232,4</b>	<b>72</b>	<b>7</b>

*Handwritten signature*

Пронумеровано и пронумеровано

*Свинцовая* страниц *11*

Директор МОУ «СОШ с. Багалин»

*Е.А. Храмова*  
Е.А. Храмова

