ОАО "Общепит"

9 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ 150/50	200	60,04	32,5	24,9	66,1	627,0	0,6	0,1	0,6	0,1	0,3	416,2	436,3	56,9	1,3	479,4	7,0	0,0	0,1
2008		БАТОН	30	3,09	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,7	19,5	3,9	0,3	27,6	0,0	0,0	0,0
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ,	200/15	2,98	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**66,11**	**34,8**	**25,8**	**96,3**	**764,9**	**0,6**	**0,1**	**0,6**	**0,1**	**0,3**	**432,7**	**459,5**	**64,6**	**1,9**	**520,5**	**7,0**	**0,0**	**0,1**
Обед																					
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	20,75	7,0	2,9	17,5	124,3	7,0	0,1	0,1	0,2	0,0	33,6	64,2	27,2	1,1	502,2	5,0	0,0	0,0
2011	280	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОуСЕ	105	40,45	6,9	10,0	7,0	145,1	0,2	0,0	0,1	0,0	0,0	12,0	61,7	8,9	1,1	129,1	3,0	0,0	0,0
2011	306	Гороховое пюре	150	10,11	15,7	5,3	32,9	242,4	0,0	0,4	0,1	0,0	0,1	72,0	146,1	57,5	4,5	516,4	3,6	0,0	0,0
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	9,48	0,2	0,2	27,0	111,1	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	13,2	4,0	4,4	0,8	112,4	0,8	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 30	30	2,40	2,3	0,2	15,1	71,1	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	6,9	25,2	9,9	0,6	38,7	0,0	0,0	0,0
2008		Яблоко	200	33,10	0,8	0,8	19,6	94,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	32,0	22,0	16,0	4,4	556,0	4,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**116,29**	**32,9**	**19,3**	**119,1**	**788,0**	**28,8**	**0,7**	**0,3**	**0,2**	**0,1**	**169,6**	**323,2**	**123,9**	**12,6**	**#####**	**16,4**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**182,40**	**67,7**	**45,1**	**215,4**	**1 552,9**	**29,4**	**0,9**	**0,9**	**0,4**	**0,3**	**602,3**	**782,7**	**188,5**	**14,5**	**#####**	**23,4**	**0,0**	**0,2**
Сбалансированность:					**1**	**0,7**	**3,2**														