

| № рецепта | Наименование блюда | Выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Витамины, мг | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | |
|-----------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|--------------|---|----|--------------------------|--------------|---------------|------------------------|---------------|---------------|--|
| | | | белки | жиры | углеводы | Ккал | А мкг | B1 | С | Е | Са | Fe | P | Mg | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | Восьмой день (вторник) | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | Сосиски отварные | 98 | 9,21 | 27,7 | 0,44 | 292,20 | 35,60 | 0,16 | | | | | 0,59 | 32,90 | 1,18 | 144,30 | 10,39 | |
| 31 | Капуста тушеная | 200 | 5,80 | 16,00 | 18,85 | 150,20 | | 0,05 | 34,30 | | | | 2,2 | 151,60 | 1,60 | 80,28 | 41,30 | |
| 39 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,60 | 2,67 | 16,00 | 100,60 | 20,00 | 0,04 | 1,30 | | | | | 158,67 | 0,13 | 90,00 | 14,00 | |
| 38 | Хлеб пшеничный | 90 | 7,11 | 0,90 | 43,47 | 210,42 | | 0,09 | | | | | 1,17 | 20,70 | 0,99 | 78,30 | 12,6 | |
| | Груши | 100 | 0,40 | 0,31 | 10,31 | 47,00 | | 0,03 | 5,00 | | | | 0,40 | 19,00 | 2,31 | 16,00 | 12,00 | |
| | Итого за завтрак | | 26,12 | 47,58 | 89,07 | 800,42 | 55,60 | 0,37 | 40,6 | | | | 4,36 | 382,87 | 6,21 | 408,88 | 90,29 | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | Салат из свежих огурцов | 100 | 0,75 | 6,09 | 1,81 | 64,65 | | 0,03 | 4,70 | | | | 2,74 | 22,30 | 0,48 | 39,59 | 13,30 | |
| 8 | Борщ из свежей капусты с картофелем | 300 | 2,19 | 5,88 | 13,10 | 118,08 | | 0,06 | 12,36 | | | | 2,88 | 86,30 | 1,41 | 65,50 | 25,00 | |
| 25 | Жаркое по домашнему из говядины | 230 | 21,92 | 24,08 | 18,26 | 377,47 | | 0,41 | 28,14 | | | | 1,62 | 36,39 | 4,46 | 284,93 | 56,82 | |
| 38 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,27 | 17,20 | 72,80 | | 0,01 | 100,0 | | | | | 21,34 | 0,53 | 3,44 | 2,67 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | | 0,06 | | | | | 0,78 | 13,8 | 0,66 | 52,20 | 8,4 | |
| | Хлеб ржаной | 90 | 5,04 | 0,99 | 44,46 | 206,91 | | 0,11 | | | | | 0,81 | 20,70 | 2,79 | 95,40 | 22,50 | |
| | Итого за обед | | 35,32 | 37,91 | 123,81 | 980,19 | | 0,68 | 145,2 | | | | 8,83 | 200,83 | 10,33 | 541,06 | 128,69 | |
| | Итого за день | | 61,44 | 85,49 | 212,88 | 1780,61 | 55,6 | 1,05 | 185,8 | | | | 13,19 | 583,7 | 16,54 | 949,94 | 218,98 | |

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Идентификатор: 87449ac6-7cb8-44be-a72b-81b99e9adc48

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ОТПРАВИТЕ

ИП АРСЕНТЬЕВА ИРАИДА ВИТАЛЬЕВНА АРЕНТЬЕВА

24.09.24 09:26 (MSK)

Сертификат 01996D740070B0929047742F8CD7CFB10E

УТВЕРЖДЕНО

ГАПОУ ЧР "ЧТСГХ", КУДРЯШОВ СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ,

24.09.24 09:35 (MSK)

Сертификат 0277388B00F1B1D79348407EE3BD522A67

ДИРЕКТОР