

№ рек.	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			белки	жиры	углеводы	Ккал	А мкг	В1	С	Е	Са	Fe	P	Mg			
															жир	углевод	ккал
	Пятый день (пятница)																
	Завтрак																
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	100,00	-0,03					0,24	22,00	1,00	76,80	4,80
17	Каша вязкая молочная из пшени и риса	200	5,52	10,16	23,20	272,70	49,80	0,09	0,87				0,36	121,50	0,76	142,50	26,70
38	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	24,40	0,06	1,59					152,20	0,48	111,11	21,34
	Хлеб пшеничный	90	7,11	0,90	43,47	210,42		0,09				1,17	20,70	0,99	78,30	12,60	
33	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		22,19	19,51	94,84	711,72	174,20	0,30	7,46			2,17	335,40	5,54	424,71	77,44	
	Обед																
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	5,39	69,26		0,04	4,68			2,39	98,42	0,69	55,67	17,27	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	300	2,16	5,97	9,75	90,03		0,07	18,90			2,85	51,10	0,99	58,80	26,64	
29	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	15,20	13,60	13,50	237,20	20,00	0,08	0,20			0,38	44,00	2,20	96,00	26,00	
31	Пюре картофельное	200	4,10	6,40	25,20	146,30		0,19	5,00			0,20	51,00	1,14	115,46	35,80	
34	Компот из крыжовника и черной смородины	200	0,52	0,18	24,84	102,90		0,02	26,00			0,20	23,40	0,70	18,40	13,40	
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,06	28,98	140,28		0,06				0,78	13,80	0,66	52,20	8,40	
	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		34,49	34,93	152,12	992,88	20,00	0,57	54,78			7,61	310,42	9,17	491,93	150,01	
	Итого за день		56,68	54,44	246,96	1704,60	194,20	0,87	62,24			9,78	645,82	14,71	916,64	227,45	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННО ОТ ПОДПИСЬЮ

ОТПРАВЛЕНО

УТВЕРЖДЕНО

ИП АРСЕНТЬЕВА ИРИДА ВИТАЛЬЕВНА, АРСЕНТЬЕВА ИРИДА ВИТАЛЬЕВНА
ГАПОУ ЧР "ЧТСХ", КУДРЯШОВ СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ, ДИРЕКТОР
 24.09.24 09:26 (MSK) Сертификат 01996D740070B0929047742F8CD7CFB10E
 24.09.24 09:35 (MSK) Сертификат 0277388B00F1B1D79348407EE3BD522A67

Идентификатор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
 Идентификатор: 87449ac6-7cb8-44be-a72b-81b99e9adc48