

Утверждено:
Директор ООО "Общественный благотворительный фонд
"Самарская Радость"
Самарская Радость

Осенне-зимній сезон.

		ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ														
№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Запекан	330/223	Запеканка творожная со сметаной соул.	155(130/25)	37,3	304,22	21,41	16,32	17,31	0,06	0,35	0,1	0,48	216,3	296	29,32	0,1
	376	Чай с сахаром	200(15)	2	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
		2 бутерброд с колбасой и маслом	55	12,72	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87
		Хлеб пшеничный	50	3,6	119	3,8	0,4	24,3	0,05	0	0	0,05	10	32,5	7	0,55
		Итого :	500	55,62	636,77	27,69	21,14	83,71	0,16	0,45	0,12	0,97	237,2	357,9	47,42	2,25
Обед	67	Винегрет овощной	60	6,12	74,6	0,8	6,06	4,11	0,03	7,77	0,13	2,72	15,39	24,65	11,12	0,46
	82	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	205(200/5)	12,14	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94
	291	Плов из птицы	200	47,12	305,34	16,94	10,46	35,74	0,1	6,03	0,1	4,4	46,34	175,34	54,04	1,98
	348	Компот из кураги	200	9,42	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
		Хлеб Дарницкий	40	2,88	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	725	79,12	739,76	25,03	21,91	91,61	0,21	24,51	0,57	10,24	134,73	286,47	111,69	4,26
п.б.п.	82	Борщ с капустой, картофелем со сметаной и с мясом	(200/5/10)	19,28	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94