

31.01.2023

Утверждаю:  Директор ИВООУ Черноловская СОП

А.А. Дмитриев



7 день

Сборник рецептур	№ техн. описания	Премии, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины												Минеральные вещества									
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	Na, мг	К, мг	Л, мкг				
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТО ПОДЛИВОЙ	90/20	17,7	11,7	13,3	230,0	0,2	1,0	0,2	3,2	0	0,1	0	0	3,3	6,2	26,9	31,2	168,7	1,0	0,8	110,1	333,8	41,3				
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,0	21,8	143,9	0,2	10,3	0	0,2	0,1	0,1	0	0,4	1,4	10,2	35,5	29,1	84,2	1,2	0,6	18,3	761,4	8,5				
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1	3,6	25,7	0	1,6	0	0,5	0	0	0	0	0,1	5	14	7,9	15,5	0,5	0,2	17,9	113,3	2,7				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	0	0	0	0,1	0,6	10,8	9,2	13,2	33,6	0,8	0,3	202,4	51,6	0				
2008	433	КАКАОНА МОЛОКЕ	200	3,8	3,0	17,1	110,2	0	0,5	0	0	0	0,1	0	0	0,2	1,8	11,3	27,5	95,6	0,9	0,7	51,6	207,1	9				
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,1	5,5	41,1	232,1	0,1	0	0	0,5	0,1	0	0	0	0,5	17,8	9,5	7,3	41,0	0,5	0,3	3,8	63,6	0,9				
Итого за прием пищи:				33,5	26,4	117,0	836,6	0,6	13,4	0,2	5,2	0,2	0,3	0	0,5	6,1	51,8	206,4	116,2	438,6	4,9	2,9	404,1	1530,8	62,4				
Всего за день:				33,5	26,4	117,0	836,6	0,6	13,4	0,2	5,2	0,2	0,3	0	0,5	6,1	51,8	206,4	116,2	438,6	4,9	2,9	404,1	1530,8	62,4				

Завтрак