

Бутерброд с маслом	115	16,5	189	8,61	13,30	37,15	0,27	0,07			45,70	267,90	77,06	5,01
Яйцо отварное	1 шт.	0,25	63	5,08	4,60	0,28	0,03	0,10		0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
Каша манная молочная с маслом и сахаром	350/5/5	41,23	305	13,03	13,63	43,54	0,14	0,05	1,82	7,14	380,58	304,02	48,95	0,56
Чай с сахаром	200	3,46	92	0,19	0,05	22,74			0,04		4,91	7,42	3,96	0,81
Печенье	30	7,23	69	2,25	3,54	7,08	0,02			1,05	8,70	27,00	6,00	0,63
Итого -		68,67	718	29,16	35,12	110,79	0,46	0,22	1,86	8,43	461,89	683,14	140,77	8,02
Итого за Завтрак		68,67	718	29,16	35,12	110,79	0,46	0,22	1,86	8,43	461,89	683,14	140,77	8,02
Итого за 21.12.2022		68,67	718	29,16	35,12	110,79	0,46	0,22	1,86	8,43	461,89	683,14	140,77	8,02
Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины				Микроэлементы			
							B1	A	C	E	CA	P	MG	FE

22.12.2022 четверг

Завтрак

Хлеб с маслом	100/15	16,5	169	8,61	13,30	37,15	0,27	0,07			45,70	267,90	77,06	5,01
Яйцо отварное	1 шт.	0,25	63	5,08	4,60	0,28	0,03	0,10		0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
Чай с лимоном 1 вар.	200	3,69	60	0,24	0,06	14,71			0,80	0,01	6,32	8,18	4,46	0,79
Каша гречневая молочная с маслом	200/5/5	25,58	246	8,60	8,79	33,04	0,17	0,03	0,78	6,86	169,38	219,69	86,34	2,39
Фрукты свежие	150	22,65	67	0,60	0,60	14,70	0,05		247,50	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
Итого -		68,67	605	23,13	27,35	99,88	0,52	0,20	249,08	7,41	267,40	589,07	186,15	12,49
Итого за Завтрак		68,67	605	23,13	27,35	99,88	0,52	0,20	249,08	7,41	267,40	589,07	186,15	12,49
Итого за 22.12.2022		68,67	605	23,13	27,35	99,88	0,52	0,20	249,08	7,41	267,40	589,07	186,15	12,49

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины				Микроэлементы			
							B1	A	C	E	CA	P	MG	FE
23.12.2022 пятница														
Завтрак														
Бутерброд с маслом	100/10	12,53	189	8,57	9,40	37,10	0,27	0,05		14,40	44,80	266,60	77,04	5,01
Какао с молоком и печеньем	200/34	32,5	286	8,57	9,78	40,85	0,08	0,02	1,04	1,20	222,27	206,02	36,92	1,31
Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	200/5/5	29,59	210	7,87	9,41	38,48	0,08	0,04	1,04	6,71	218,06	208,63	41,53	0,49
Итого -		74,62	685	25,01	28,59	116,43	0,43	0,11	2,08	22,31	485,13	681,24	155,50	6,80
Итого за Завтрак		74,62	685	25,01	28,59	116,43	0,43	0,11	2,08	22,31	485,13	681,24	155,50	6,80
Итого за 23.12.2022		74,62	685	25,01	28,59	116,43	0,43	0,11	2,08	22,31	485,13	681,24	155,50	6,80
Итого за период с 19.12.2022 по 23.12.2022		355,2	3 317	126,41	145,68	525,28	2,33	0,86	512,72	82,26	2 104,48	3 257,72	784,66	44,93

Составитель _____

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)