ОАО "Общепит"

1 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	271	Котлета домашняя	80	44,76	8,6	14,4	3,0	176,0	0,1	0,1	0,1	0,0	0,0	11,2	85,7	13,2	1,3	168,2	3,7	0,0	0,0
2012	348	Соус красный основной	50	1,81	0,4	2,5	2,5	33,8	0,5	0,0	0,0	0,1	0,0	6,3	6,3	2,9	0,1	29,9	0,4	0,0	0,0
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	21,61	11,5	8,6	52,2	331,9	0,0	0,3	0,2	0,0	0,1	36,3	256,1	171,4	6,0	359,4	3,1	0,0	0,0
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	5,05	0,1	0,0	14,9	60,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	12,5	4,7	4,3	0,4	21,3	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**76,23**	**23,8**	**25,7**	**92,6**	**697,3**	**1,3**	**0,5**	**0,3**	**0,1**	**0,1**	**75,5**	**386,4**	**205,1**	**8,7**	**630,4**	**7,2**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**76,23**	**23,8**	**25,7**	**92,6**	**697,3**	**1,3**	**0,5**	**0,3**	**0,1**	**0,1**	**75,5**	**386,4**	**205,1**	**8,7**	**630,4**	**7,2**	**0,0**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**1,1**	**3,9**														

ОАО "Общепит"

2 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	80	53,33	20,0	20,4	10,0	303,9	0,8	0,1	0,1	0,0	0,0	23,1	180,8	26,9	2,2	280,1	4,7	0,0	0,1
2012	348	Соус красный основной	50	1,81	0,4	2,5	2,5	33,8	0,5	0,0	0,0	0,1	0,0	6,3	6,3	2,9	0,1	29,9	0,4	0,0	0,0
2011	202.1	Макаронные изделия отварные с маслом	200	11,88	7,3	6,5	46,6	273,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,1	41,8	57,0	14,2	1,3	86,2	1,0	0,0	0,0
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,18	0,1	0,1	27,9	113,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	8,0	2,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**77,20**	**30,9**	**29,7**	**107,0**	**819,2**	**3,3**	**0,3**	**0,2**	**0,2**	**0,1**	**85,3**	**285,7**	**59,2**	**4,9**	**447,9**	**6,2**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**77,20**	**30,9**	**29,7**	**107,0**	**819,2**	**3,3**	**0,3**	**0,2**	**0,2**	**0,1**	**85,3**	**285,7**	**59,2**	**4,9**	**447,9**	**6,2**	**0,0**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**3,5**														

ОАО "Общепит"

3 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ с курицей 300	300	62,64	18,1	25,8	43,4	479,1	23,0	0,3	0,3	0,1	0,0	49,4	251,3	70,9	3,5	1 706,6	16,8	0,0	0,2
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**68,29**	**21,2**	**26,0**	**78,2**	**633,1**	**23,0**	**0,4**	**0,3**	**0,1**	**0,0**	**69,4**	**288,6**	**87,9**	**4,7**	**1 771,6**	**16,8**	**0,0**	**0,2**
Всего за день:				**68,29**	**21,2**	**26,0**	**78,2**	**633,1**	**23,0**	**0,4**	**0,3**	**0,1**	**0,0**	**69,4**	**288,6**	**87,9**	**4,7**	**1 771,6**	**16,8**	**0,0**	**0,2**
Сбалансированность:					**1**	**1,2**	**3,7**														

4 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	231	ПОДЖАРКА ИЗ РЫБЫ	65	33,90	9,8	5,5	5,1	109,0	1,6	0,1	0,1	0,0	0,0	36,5	145,5	33,5	0,8	301,2	88,0	0,0	0,4
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	20,00	4,9	7,9	51,8	297,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	37,9	101,5	37,1	0,8	75,0	1,0	0,0	0,0
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,76	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	0,0	1,8	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**63,66**	**17,8**	**13,6**	**96,3**	**579,0**	**1,6**	**0,2**	**0,1**	**0,0**	**0,1**	**92,1**	**280,6**	**85,6**	**2,4**	**429,0**	**89,0**	**0,0**	**0,4**
Всего за день:				**63,66**	**17,8**	**13,6**	**96,3**	**579,0**	**1,6**	**0,2**	**0,1**	**0,0**	**0,1**	**92,1**	**280,6**	**85,6**	**2,4**	**429,0**	**89,0**	**0,0**	**0,4**
Сбалансированность:					**1**	**0,8**	**5,4**														

ОАО "Общепит"

5 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ	80	48,15	8,8	14,5	8,5	199,7	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	10,6	79,7	12,0	1,1	156,8	3,3	0,0	0,0
2012	348	Соус красный основной	50	1,81	0,4	2,5	2,5	33,8	0,5	0,0	0,0	0,1	0,0	6,3	6,3	2,9	0,1	29,9	0,4	0,0	0,0
2011	312	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	230	25,40	5,1	8,2	34,9	234,5	17,0	0,2	0,2	0,0	0,1	69,9	138,4	49,2	2,0	1 246,5	13,8	0,0	0,1
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**81,01**	**17,5**	**25,4**	**80,7**	**622,0**	**17,6**	**0,3**	**0,3**	**0,1**	**0,1**	**106,7**	**261,7**	**81,1**	**4,4**	**1 498,3**	**17,5**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**81,01**	**17,5**	**25,4**	**80,7**	**622,0**	**17,6**	**0,3**	**0,3**	**0,1**	**0,1**	**106,7**	**261,7**	**81,1**	**4,4**	**1 498,3**	**17,5**	**0,0**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**1,5**	**4,6**														

ОАО "Общепит"

6 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	120	78,59	13,2	14,9	7,2	216,7	3,1	0,1	0,1	0,4	0,0	27,2	126,7	25,7	2,0	384,2	7,1	0,0	0,0
2011	202.1	Макаронные изделия отварные с маслом	200	11,88	7,3	6,5	46,6	273,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,1	41,7	57,0	14,2	1,3	86,2	1,0	0,0	0,0
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	2,65	0,1	0,0	14,7	59,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	3,7	3,8	0,4	13,5	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**96,12**	**23,7**	**21,6**	**88,5**	**644,4**	**3,2**	**0,2**	**0,2**	**0,4**	**0,1**	**88,9**	**221,0**	**56,9**	**4,5**	**535,6**	**8,2**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**96,12**	**23,7**	**21,6**	**88,5**	**644,4**	**3,2**	**0,2**	**0,2**	**0,4**	**0,1**	**88,9**	**221,0**	**56,9**	**4,5**	**535,6**	**8,2**	**0,0**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**0,9**	**3,7**														

ОАО "Общепит"

7 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	80	53,33	20,0	20,4	10,0	303,9	0,8	0,1	0,1	0,0	0,0	23,1	180,8	26,9	2,2	280,1	4,7	0,0	0,1
2012	348	Соус красный основной	50	1,81	0,4	2,5	2,5	33,8	0,5	0,0	0,0	0,1	0,0	6,3	6,3	2,9	0,1	29,9	0,4	0,0	0,0
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 200	200	21,61	11,5	8,6	52,1	331,8	0,0	0,3	0,2	0,0	0,1	36,3	256,0	171,3	6,0	359,2	3,1	0,0	0,0
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,76	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	0,0	1,8	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**86,51**	**35,0**	**31,7**	**104,1**	**841,7**	**1,3**	**0,5**	**0,3**	**0,2**	**0,1**	**83,3**	**476,7**	**216,1**	**9,2**	**722,1**	**8,3**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**86,51**	**35,0**	**31,7**	**104,1**	**841,7**	**1,3**	**0,5**	**0,3**	**0,2**	**0,1**	**83,3**	**476,7**	**216,1**	**9,2**	**722,1**	**8,3**	**0,0**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**0,9**	**3,0**														

ОАО "Общепит"

8 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	251	ПОДЖАРКА ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ 100	100	69,79	20,0	29,7	3,5	361,6	3,1	0,1	0,2	0,1	0,0	35,2	183,8	24,8	2,0	317,5	8,0	0,0	0,1
2011	312	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	21,61	4,5	7,1	30,4	203,6	14,8	0,2	0,1	0,0	0,1	60,8	120,4	42,8	1,7	1 083,8	12,0	0,0	0,0
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	8,28	0,2	0,2	27,0	111,1	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	13,2	4,0	4,4	0,8	112,4	0,8	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**102,68**	**27,6**	**37,2**	**81,0**	**771,1**	**19,4**	**0,3**	**0,3**	**0,1**	**0,1**	**118,4**	**341,8**	**85,2**	**5,4**	**1 565,3**	**20,8**	**0,0**	**0,2**
Всего за день:				**102,68**	**27,6**	**37,2**	**81,0**	**771,1**	**19,4**	**0,3**	**0,3**	**0,1**	**0,1**	**118,4**	**341,8**	**85,2**	**5,4**	**1 565,3**	**20,8**	**0,0**	**0,2**
Сбалансированность:					**1**	**1,3**	**2,9**														

ОАО "Общепит"

9 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	279	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ	80	46,07	8,8	14,5	8,5	199,7	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	10,7	79,7	12,0	1,1	156,8	3,3	0,0	0,0
2012	348	Соус красный основной	50	1,81	0,4	2,5	2,5	33,8	0,5	0,0	0,0	0,1	0,0	6,3	6,3	2,9	0,1	29,9	0,4	0,0	0,0
2011	312	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	200	21,61	4,5	7,1	30,4	203,6	14,8	0,2	0,1	0,0	0,1	60,8	120,4	42,8	1,7	1 083,8	12,0	0,0	0,0
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	5,05	0,1	0,0	14,9	60,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	12,5	4,7	4,3	0,4	21,3	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**77,54**	**16,8**	**24,3**	**76,3**	**592,7**	**16,1**	**0,3**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**99,4**	**244,6**	**75,2**	**4,2**	**1 343,4**	**15,7**	**0,0**	**0,1**
Всего за день:				**77,54**	**16,8**	**24,3**	**76,3**	**592,7**	**16,1**	**0,3**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**99,4**	**244,6**	**75,2**	**4,2**	**1 343,4**	**15,7**	**0,0**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**1,4**	**4,5**														

ОАО "Общепит"

10 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Обед																					
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	8,45	0,8	2,1	4,1	38,5	2,7	0,0	0,0	0,0	0,0	13,0	19,3	8,5	0,6	115,2	2,0	0,0	0,0
2011	291	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	300	52,55	30,3	35,9	52,6	655,2	2,7	0,2	0,2	0,4	0,0	47,0	312,4	64,2	2,7	484,3	8,0	0,0	0,2
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,76	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	0,0	1,8	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**70,76**	**34,2**	**38,2**	**96,0**	**865,8**	**5,3**	**0,2**	**0,3**	**0,4**	**0,0**	**77,6**	**365,3**	**87,7**	**4,1**	**652,3**	**10,1**	**0,0**	**0,2**
Всего за день:				**70,76**	**34,2**	**38,2**	**96,0**	**865,8**	**5,3**	**0,2**	**0,3**	**0,4**	**0,0**	**77,6**	**365,3**	**87,7**	**4,1**	**652,3**	**10,1**	**0,0**	**0,2**
Сбалансированность:					**1**	**1,1**	**2,8**														

Digitally signed by Бочарова Анна Александровна
Date: 2024.01.28 19:41:15 UTC
Тип подписи: утверждено руководителем учреждения
Расположение: Самарская область, город Похвистнево