



1 День

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Ca	P	Mg	Fe			
<b>Завтрак</b>			<b>680</b>	<b>24,3</b>	<b>21,9</b>	<b>97,6</b>	<b>649</b>		<b>1,2</b>	<b>0,3</b>	<b>289,5</b>	<b>783,5</b>	<b>435,9</b>	<b>67,1</b>	<b>2,22</b>			
Бутерброд с сыром			30/25	8,7	8,0	15,3	139	№3-2004	0,1	0,0	74,0	190,0	98,0	10,6	0,1			
Каша пшеничная жидкая			250	9,4	7,7	26,0	211	№264-2013, Пермь	1,1	0,1	125,5	280,0	172,5	24,7	0,12			
Чай с молоком			200	1,5	2,5	14,5	87	№495-2013, Пермь	0,0	0,0	40	120	68,4	10,6	0,1			
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21	120		0,0	0,1	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0			
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6			
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3			
<b>Обед</b>			<b>955</b>	<b>30,0</b>	<b>34,2</b>	<b>129,1</b>	<b>908</b>		<b>38,4</b>	<b>0,5</b>	<b>193,4</b>	<b>361,5</b>	<b>306,6</b>	<b>154,3</b>	<b>5,7</b>			
Салат "Пестрый"			100	1,0	5,1	6,4	76	№54-103-2020, 2021, Новосибирск	16,5	0,0	0,0	120	15,6	20,6	0,8			
Суп с картофелем и крутой, с мясом			250/15	5,8	4,8	13,0	100	№16/2-2011, Екатеринбург	2,2	0,2	89,0	20,5	41,0	19,1	0,7			
Овощи припущенные			200	3,0	5,6	35,0	201	№524-2004	11,6	0,2	69,6	124,4	42,9	48,9	0,0			
Зразы "Верх-Исетские"			120	18,2	17,9	11,8	265	№49-2003, Екатеринбург	0,12	0,0	34,8	54,0	123,2	46,8	1,7			
Сок			200	0,5	0,0	34	138	№518-2013 Пермь	8,0	0,0	0,0	24	12,0	0,0	0,0			
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7			
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8			
<b>ИТОГО:</b>				<b>54,3</b>	<b>56,1</b>	<b>226,7</b>	<b>1557</b>		<b>39,6</b>	<b>0,8</b>	<b>482,9</b>	<b>1145</b>	<b>742,5</b>	<b>221,4</b>	<b>7,92</b>			
									<b>2</b>	<b>6</b>								

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>720</b>	<b>22,4</b>	<b>24,2</b>	<b>95,2</b>	<b>731</b>		<b>40,7</b>	<b>0,93</b>	<b>372,5</b>	<b>365,4</b>	<b>338,3</b>	<b>60,2</b>	<b>9,55</b>	
Бутерброд с маслом и сыром			20/10/15	6,1	10,8	9,9	165	№1-2004	0,3	0,0	157,5	11,23	104,5	2,8	1,35	
Каша молочная гречневая с маслом			250	15,1	12,9	29,5	295	№1/4-2011, Екатеринбург	0,6	0,43	198	294,0	180,0	36,0	1,8	
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0	
Фрукт в ассортименте			200	0,3	0,0	20	121	№458-2006 Москва	21,0	0,0	0,0	50	14	11	0,0	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		0,0	0,1	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6	
<b>Обед</b>			<b>980</b>	<b>32,9</b>	<b>34,7</b>	<b>130,7</b>	<b>912</b>		<b>34,1</b>	<b>0,5</b>	<b>295</b>	<b>336,7</b>	<b>493,8</b>	<b>109,9</b>	<b>7,9</b>	
Салат из капусты белокочанной			100	2,0	5,1	8,5	88	№1-2013, Пермь	25,6	0,0	0,0	56,0	43,0	33,4	0,8	
Свекольник с мясом, со сметаной			250/10/10	4,1	5,3	10,5	106	№34-2004, Пермь	5,4	0,3	76,0	58,0	59,3	19,5	0,6	
Рыба запечённая со сметаной и сыром			120	20,5	18,6	3,5	264	№341-2013, Пермь	0,6	0,1	192	185	218	18,0	3,0	
Рис припущенный с овощами "Мозаика"			200	3,9	4,7	53,0	182	№416-2013, Пермь	2,4	0,0	27,0	0,0	64,0	2,7	0,0	
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	17,5	105	№508-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	12,5	13,2	10,8	0,2	
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>ИТОГО:</b>				<b>55,3</b>	<b>58,9</b>	<b>225,9</b>	<b>1643</b>		<b>74,8</b>	<b>1,43</b>	<b>667,5</b>	<b>702,1</b>	<b>832,1</b>	<b>170,1</b>	<b>17,45</b>	

Наименование блюда	Брутто, г		Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	о, г	г		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>				<b>740</b>	<b>22,8</b>	<b>21,3</b>	<b>93,2</b>	<b>656</b>		<b>14,37</b>	<b>0,26</b>	<b>298,1</b>	<b>410</b>	<b>302,4</b>	<b>52,7</b>	<b>4,1</b>	
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли и т.п.)				50	2,5	3	25,0	140		0,0	0,0	2,1	51,0	12,6	0,0	0,2	
Омлет натуральный				250	18,5	17,2	2,4	238	№340-2004	0,37	0,16	296	318	213	25,7	1,6	
Фрукт в ассортименте				180	0,4	0,4	28	117	№458-2006 Москва	14	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0	
Чай с сахаром				200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	
Хлеб ржаной				20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6	
Хлеб пшеничный				40	0,8	0,4	17,6	76		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7	
<b>Обед</b>				<b>975</b>	<b>29,9</b>	<b>30,9</b>	<b>129,5</b>	<b>912</b>		<b>21,33</b>	<b>0,5</b>	<b>201,6</b>	<b>289,0</b>	<b>393,6</b>	<b>108,8</b>	<b>5,23</b>	
Салат из отварной моркови с огурцом				100	0,8	5,0	4,1	65	№21-2004	1,2	0,0	0,0	43,2	0,0	7,8	0,6	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной				250/15/10	5,0	5,4	9,8	105	№142-2013, Пермь	18,5	0,1	8,0	54,0	38,0	22,3	0,5	
Фрикадельки из кур, запеченные (2 шт. по 60 г)				120	17,4	15,5	13,1	238	№410-2013, Пермь	1,1	0,3	148,0	129,0	215,0	35,0	0,3	
Макароны изделия отварные				200	4,5	4,1	49,0	252	№516-2004	0,13	0,0	45,6	26,1	20,0	9,7	0,53	
Компот из смеси сухофруктов				200	0,5	0,0	20,2	105	№508-2013, Пермь	0,4	0,0	0,0	14,8	36,5	11,8	0,4	
Хлеб пшеничный				50	1,0	0,5	22	96		0,0	0,1	0,0	16,5	61,0	16,5	2,1	
Хлеб ржаной				30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>ИТОГО:</b>					<b>52,7</b>	<b>52,2</b>	<b>222,7</b>	<b>1568</b>		<b>35,7</b>	<b>0,76</b>	<b>499,7</b>	<b>699</b>	<b>696</b>	<b>161,5</b>	<b>9,33</b>	

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С		В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe			
<b>Завтрак</b>			<b>665</b>	<b>27,7</b>	<b>27,2</b>	<b>99,2</b>	<b>778</b>		<b>15,4</b>	<b>0,0</b>	<b>401,5</b>	<b>424,4</b>	<b>373,9</b>	<b>47,2</b>	<b>4,4</b>			
Бутерброд с маслом и сыром			20/10/15	6,1	10,8	9,9	162	№1-2004	0,3	0,0	157,5	11,23	104,5	2,8	1,3			
Запеканка " Царская" из творога с молоком сгущенным			200	17,5	12,0	39,0	334	№10/5-2011, Екатеринбург	0,5	0,0	204,0	259,0	145,0	24,0	1,6			
Какао с молоком			200	3,8	3,5	15,9	110	№496-2013, Пермь	0,6	0,0	40,0	120,0	72,0	0,0	0,1			
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	18,0	99	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0			
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8			
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6			
<b>Обед</b>			<b>960</b>	<b>30,4</b>	<b>31,4</b>	<b>126,7</b>	<b>927</b>		<b>33,6</b>	<b>1,0</b>	<b>178,4</b>	<b>353,3</b>	<b>388,9</b>	<b>126,6</b>	<b>6,8</b>			
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1, 15/1-2011, Екатеринбург	15,0	0,0	0,0	16,3	22,6	16,3	0,9			
Суп из овощей с мясом и сметаной			250/10/10	4,3	6,4	12,5	125	№135-2004	14,1	0,2	98,0	19,0	35,0	18,8	0,9			
Плов по-узбекски			300	23,0	19,0	54,0	496	№444-2004	1,08	0,3	80,4	268,8	235	66,0	1,7			
Сок в ассортименте или напиток вишока	200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	3,5	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0			
Хлеб пшеничный			60	0,0	0,0	19,4	78		18,8	0,4	17	0,0	0,0	0,0	5,0			
Хлеб ржаной			30	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5			
<b>ИТОГО:</b>				<b>58,1</b>	<b>58,6</b>	<b>225,9</b>	<b>1705</b>		<b>49,0</b>	<b>1,0</b>	<b>579,9</b>	<b>777,7</b>	<b>762,8</b>	<b>173,8</b>	<b>11,25</b>			

Наименование блюда	Брутто , г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С		В1	А, мкг рет. экв.	Са	Р	Mg	Fe					
<b>Завтрак</b>			<b>665</b>	<b>25,0</b>	<b>26,3</b>	<b>96,5</b>	<b>666</b>													
Каша пшеничная жидкая			250	8,4	5,2	37,0	247	№311-2004	0,9	0,04	100,5	224,0	138,0	19,8	0,1					
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	62,6	9,3	0,1					
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21,0	120		0,0	0,1	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0					
Бутерброд с маслом и сыром			30/25/15	9,3	15,0	15,0	164	№1-2004	0,5	0,12	135	32,2	172,5	42,0	0,12					
Хлеб пшеничный																				
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34,0		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6					
<b>Обед</b>			<b>965</b>	<b>34,3</b>	<b>33,5</b>	<b>136,7</b>	<b>943</b>		<b>39,4</b>	<b>0,5</b>	<b>257,8</b>	<b>233,0</b>	<b>371,1</b>	<b>114,9</b>	<b>9,83</b>					
Помидор консервированный или свежий			100	0,6	0,2	4,2	21	№101-2004, №71-2006, Москва	7,4	0,0	0,0	4,1	7,6	0,9	0,0					
Суп картофельный с мясом			250/10	4,1	8,8	15,5	122	№133-2004	5,4	0,1	84,0	43,0	35,0	19,0	0,4					
Вершинки рыбные с маслом			120/5	24,3	19,6	12,6	256	№97-2011, Екатеринбург	1,4	0,2	134	80,0	183	30,2	1,2					
Пюре картофельное			200	3,6	4,0	24,7	150	№520-2004	2,4	0,1	39,8	36,0	61,4	26,6	0,33					
Сок в ассортименте или напиток вишняка			200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	24,0	12,0	0,0	0,0					
Фрукт в ассортименте			200	0,0	0,0	19,4	78		18,8	0,4	17	0,0	0,0	0,0	5,0					
Фрукт в ассортименте			170	0,0	0,0	27,0	109	№458-2006, Москва	4,0	0,0	0,0	24,0	0,0	16,0	0,0					
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	96		0,0	0,1	0,0	16,5	61,0	16,5	2,1					
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8					
<b>ИТОГО:</b>				<b>57,3</b>	<b>59,8</b>	<b>233,2</b>	<b>1609</b>		<b>40,8</b>	<b>0,76</b>	<b>583,3</b>	<b>792,8</b>	<b>804,6</b>	<b>193,5</b>	<b>10,7</b>	<b>5</b>				

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>730</b>	<b>22,4</b>	<b>22,8</b>	<b>96,0</b>	<b>672</b>		<b>11,4</b>	<b>0,37</b>	<b>202</b>	<b>423,4</b>	<b>302,5</b>	<b>62,1</b>	<b>2,0</b>	
Бутерброд с сыром			30/30	9,3	7,0	14,9	139	№3-2004	0,1	0,0	62,0	190,0	98,0	9,5	0,1	
Каша манная жидкая			250	11,6	14,8	32,0	294	№311-2004	0,5	0,37	140	200	161	31,5	0,6	
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	3,5	0,1	
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0	
Хлеб ржаной			40	1,0	0,6	7,5	68		0,0	0,0	0,0	7,2	30,8	7,6	1,2	
Хлеб пшеничный																
<b>Обед</b>			<b>1105</b>	<b>35,3</b>	<b>35,8</b>	<b>140,0</b>	<b>1005</b>		<b>35,9</b>	<b>1,1</b>	<b>384,8</b>	<b>407,6</b>	<b>387,8</b>	<b>114,6</b>	<b>7,03</b>	
Салат из свежих помидоров			100	1,2	5,1	4,1	67	№22-2013, Пермь	25,0	0,0	0,0	14,0	8,5	19,4	0,3	
Суп гороховый с гречками и мясом			250/20/15	7,4	7,3	31,8	219	№139-2004	4,2	0,2	55,0	65,0	75,0*	16,2	0,7	
Биточки печеночные с маслом			120/5	17,7	15,5	7,56	233	№35/8-2011, Екатеринбург	0,8	0,5	240	70,0	126,0	26,0	3,2	
<b>ИЛИ</b>																
Гуляш			100	10,2	10,2	5,5	147	№152-2004, Пермь	2,3	0,1	68,0	42,0	60,4	13,5	0,9	
Пюре картофельное			200	3,6	4,0	24,7	150	№520-2004	2,4	0,1	39,8	36,0	61,4	26,6	0,33	
Сок в ассортименте			200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	3,5	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0	
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21,0	120		0,0	0,1	50,0	180	45	7,5	0,0	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	76		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>ИТОГО:</b>				<b>57,7</b>	<b>58,6</b>	<b>236</b>	<b>1677</b>		<b>47,3</b>	<b>1,47</b>	<b>586,8</b>	<b>831</b>	<b>690,3</b>	<b>176,7</b>	<b>9,03</b>	

Наименование блюда	Брутто , г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С		В1	А, мкг рет. экв.	Са	Р	Мg	Fe		
<b>Завтрак</b>			<b>630</b>	<b>24</b>	<b>23,3</b>	<b>104,4</b>	<b>687</b>		<b>15,1</b>	<b>0,0</b>	<b>304,3</b>	<b>414,8</b>	<b>261</b>	<b>40,6</b>	<b>2,35</b>		
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	0,0	0,0	60,0	8,2	16,0	2,8	0,05		
Запеканка " Царская" из творога с молоком сгущенным			200	17,5	12,0	39,0	334	№10/5-2011, Екатеринбург	0,5	0,0	204,3	259,0	145,0	24,0	1,6		
Какао с молоком			200	3,8	3,5	15,9	110	№496-2013, Перь	0,6	0,0	40,0	120,0	72,0	0,0	0,1		
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	32,0	98	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0		
Хлеб пшеничный																	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6		
<b>Обед</b>			<b>990</b>	<b>34,8</b>	<b>34,9</b>	<b>139,3</b>	<b>1010</b>		<b>30,6</b>	<b>0,94</b>	<b>385,0</b>	<b>448,2</b>	<b>542,2</b>	<b>124,8</b>	<b>7,83</b>		
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург	5,0	0,0	0,0	18,0	33,0	13,0	0,5		
Суп с картофелем и крупой, с мясом			250/10	5,8	4,8	13,0	100	№16/2-2011, Екатеринбург	2,2	0,2	89,0	20,5	41,0	19,1	0,7		
Биточки из мяса			120	13,8	12,7	15,4	232	№451-2004	0,12	0,24	149,0	44,9	156,6	28,7	0,6		
Капуста тушеная			200	6,1	8,3	18,6	173	№423-2013, Перь	22,8	0,0	0,0	113,6	85,3	38,5	0,93		
Сыр порциями			20	5,8	3,0	0,0	68		0,4	0,0	130	202	118	0,0	1,8		
Сок в ассортименте или напиток витошка		200 200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Перь	0,1	0,0	0,0	24,0	12,0	0,0	0,0		
Хлеб пшеничный			200	0,0	0,0	19,4	78		18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0		
Хлеб ржаной			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5		
			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8		
<b>ИТОГО:</b>				<b>58,8</b>	<b>58,2</b>	<b>234,7</b>	<b>1697</b>		<b>45,7</b>	<b>0,94</b>	<b>689,3</b>	<b>863</b>	<b>803,2</b>	<b>165,4</b>	<b>10,1</b> <b>8</b>		



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С		В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>			<b>665</b>	<b>22,5</b>	<b>23,3</b>	<b>95,0</b>	<b>722</b>		<b>0,9</b>	<b>0,22</b>	<b>358,5</b>	<b>746,2</b>	<b>464,2</b>	<b>70,5</b>	<b>3,7</b>		
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли или т.п.)			30	2,5	3,2	22,0	127		0,0	0,0	3,5	84,0	21,0	0,0	0,3		
Сыр порциями			20	6,0	5,0	0,0	68	№97-2004	0,4	0,0	130	202	118	0,0	1,8		
Каша рисовая жидкая			200	8,0	9,0	27,0	247	№311-2004	0,5	0,12	135	258,0	172	42,0	0,1		
Чай с молоком			200	1,5	2,5	14,5	87	№495-2013 пермь	0,0	0,0	40,0	120	68,4	10,6	0,1		
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	15,0	120		0,0	0,1	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0		
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8		
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6		
<b>Обед</b>			<b>1170</b>	<b>30,25</b>	<b>32,7</b>	<b>133,3</b>	<b>943</b>		<b>42,8</b>	<b>0,6</b>	<b>210,4</b>	<b>480,4</b>	<b>283,3</b>	<b>95,2</b>	<b>12,3</b>		
Салат из отварной моркови с огурцом			100	0,8	5,0	4,1	65	№21-2004	1,2	0,0	0,0	43,2	0,0	7,8	0,6		
Уха рыбацкая			250/60	10,3	7,2	10,4	144	№181-1996	7,6	0,1	48,4	188,0	92,0	16,4	0,5		
Мясо, тушеное с картофелем			300	17,0	19,5	34,7	380	№54-Эм-2020,2021, Новосибирск	10,4	0,0	145,0	152,0	95,0	29,5	2,9		
Напиток с витаминами			200	0,0	0,0	19,4	78	№621-2013, Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0		
Фрукт в ассортименте			170	0,25	0,0	27,0	109	№458-2006, Москва	4,8	0,0	0,0	72,0	0,0	16,0	0,0		
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5		
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8		
<b>ИТОГО:</b>				<b>52,75</b>	<b>56,0</b>	<b>228,3</b>	<b>1665</b>		<b>43,7</b>	<b>0,82</b>	<b>568,5</b>	<b>1226,6</b>	<b>747,5</b>	<b>165,7</b>	<b>16</b>		

10 День

Наименование блюда	Брутто , г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Са	Р	Мг	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>610</b>	<b>24,7</b>	<b>23,9</b>	<b>92,3</b>	<b>674</b>		<b>11,1</b>	<b>0,4</b>	<b>429</b>	<b>573,2</b>	<b>261,8</b>	<b>61,1</b>	<b>2,9</b>	
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004	0,4	0,1	108,0	258,0	138,0	33,6	0,1	
Запеканка из творога с молоком сгущенным			150/20	17,4	16,2	30,5	329	№313-2013, Пермь	0,7	0,0	201,0	255,0	84,0	17,1	1,4	
Кисель с витаминами и кальцием			200	0,0	0,0	18,4	74	№615-2013, Пермь	10,0	0,3	120,0	50,0	0,0	0,0	0,0	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6	
<b>Обед</b>			<b>975</b>	<b>33,7</b>	<b>33,6</b>	<b>129,0</b>	<b>942</b>		<b>42,5</b>	<b>0,56</b>	<b>240,8</b>	<b>187,2</b>	<b>485,1</b>	<b>114,3</b>	<b>7,03</b>	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург	15,0	0,0	0,0	16,3	22,6	16,3	0,9	
Суп - пюре из разных овощей с гренками			250/20	5,2	6,7	30,9	205	№168-2004	9,8	0,2	73,0	21,0	49,0	18,2	0,9	
Суфле "Рыбка" с маслом			120/5	22	17	15	290	№43-2003, Екатеринбург	0,48	0,16	128,0	68,0	183,0	31,0	2,0	
Пюре картофельное			200	3,6	4,0	24,7	150	№520-2004	2,4	0,1	39,8	36,0	61,4	26,6	0,33	
Сок в ассортименте			200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	14,9	0,0	0,0	24,0	85,0	0,0	0,0	
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	96		0,0	0,1	0,0	16,5	61,0	16,5	2,1	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>ИТОГО:</b>				<b>58,4</b>	<b>57,5</b>	<b>221,3</b>	<b>1616</b>		<b>53,7</b>	<b>0,96</b>	<b>669,8</b>	<b>760,4</b>	<b>746,9</b>	<b>175,4</b>	<b>9,93</b>	

Наименование блюда	Брутто , г	Нетт о, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>650</b>	<b>23,1</b>	<b>25,6</b>	<b>101,5</b>	<b>677</b>		<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>360</b>	<b>779,8</b>	<b>425,2</b>	<b>76,5</b>	<b>3,4</b>	
Бутерброд с сыром и маслом			30/25/10	8,3	12,0	15,0	165	№3-2004	0,1	0,0	162	208,0	118,6	10,6	1,2	
Каша пшеничная жидкая			200	8,3	7,2	27,0	198	№311-2004	0,4	0,1	108,0	258,0	138,0	33,6	0,1	
Чай с молоком			200	1,5	2,5	14,5	87	№495-2013	0,0	0,0	40,0	120,0	68,4	10,6	0,1	
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21	120		0,0	0,1	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8	
Хлеб ржаной			40	1,0	0,6	15,2	68		0,0	0,0	0,0	7,2	30,8	7,6	1,2	
<b>Обед</b>			<b>950</b>	<b>32,7</b>	<b>32,0</b>	<b>128,3</b>	<b>907</b>		<b>46,8</b>	<b>0,5</b>	<b>288,2</b>	<b>275,3</b>	<b>405,1</b>	<b>112,3</b>	<b>5,03</b>	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург	5,0	0,0	0,0	18,0	33,0	13,0	0,5	
Суп картофельный с мясом			250/15	5	9,3	15,5	127	№133 -2004	5,4	0,1	84,0	43,0	35,0	19,0	0,4	
Биточки рыбные с маслом			120/5	20,4	12,9	12,4	235	№345-2013, Пермь	1,1	0,2	164,4	115,0	203,4	28,1	1,7	
Пюре картофельное			200	3,6	4,0	24,7	150	№520-2004	2,4	0,1	39,8	36,0	61,4	26,6	0,33	
Сок в ассортименте	200	200	200	1,2	0,0	32,0	138	№518-2013, Пермь	18,9	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0	
Хлеб пшеничный			30	0,6	0,3	13,2	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
Фрукт в ассортименте			200	0,3	0,3	18	94		14	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0	
<b>ИТОГО:</b>				<b>55,8</b>	<b>57,6</b>	<b>229,8</b>	<b>1584</b>		<b>47,3</b>	<b>0,7</b>	<b>648,2</b>	<b>1055</b>	<b>830,3</b>	<b>188,8</b>	<b>8,43</b>	

12 День

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>655</b>	<b>21,7</b>	<b>23,7</b>	<b>93,1</b>	<b>666</b>		<b>0,6</b>	<b>0,53</b>	<b>308</b>	<b>494,4</b>	<b>288,5</b>	<b>58,6</b>	<b>3,45</b>	
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004	0,0	0,0	60,0	8,2	16,0	2,8	0,05	
Каша молочная гречневая с маслом			250	15,1	12,9	29,5	295	№1/4-2011, Екатеринбург	0,6	0,43	198,0	294,0	180,0	36,0	1,8	
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21,0	120		0,0	0,1	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	38		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>Обед</b>			<b>1175</b>	<b>32,0</b>	<b>35,2</b>	<b>140,9</b>	<b>955</b>		<b>61,2</b>	<b>0,7</b>	<b>294</b>	<b>340</b>	<b>438,4</b>	<b>150,5</b>	<b>8,63</b>	
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1-2011, Екатеринбург	5,0	0,0	0,0	18,0	33,0	13,0	0,5	
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом			250/5/15	4,3	5,1	15,5	130	№110-2004	13,5	0,1	54,0	53,9	64,3	24,8	0,3	
Биточки печеночные с маслом или Биточки из мяса			120/5 120	17,7 13,8	15,5 12,7	7,5 15,4	233 232	№35/8-2011, Екатеринбург	0,8 0,1	0,5 0,24	240,0 149	70,0 44,9	126,0 156,6	26,0 28,7	3,0 0,6	
Капуста тушеная			200	6,1	8,3	18,6	173	№423-2013, Пермь	22,8	0,0	0,0	113,6	85,3	38,5	0,93	
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	17,5	72	№508-2013, Пермь	0,1	0,0	0,0	12,5	13,2	10,8	0,2	
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5	
Хлеб ржаной			40	1,0	0,6	15,2	68		0,0	0,0	0,0	7,2	30,8	7,6	1,2	
Фрукт в ассортименте			180	0,3	0,0	39,0	109		19,0	0,0	0,0	45,0	12,6	10,0	0,0	
<b>ИТОГО:</b>				<b>53,7</b>	<b>58,9</b>	<b>234</b>	<b>1621</b>		<b>61,8</b>	<b>1,23</b>	<b>602</b>	<b>834,4</b>	<b>726,9</b>	<b>209,1</b>	<b>12,08</b>	



Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.эquiv.	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>			<b>645</b>	<b>26,7</b>	<b>24,0</b>	<b>105</b>	<b>708</b>		<b>27,6</b>	<b>0,6</b>	<b>297</b>	<b>478,7</b>	<b>384,1</b>	<b>71,3</b>	<b>1,6</b>
Бутерброд с сыром			30/15	6,3	4,1	14,9	122	№3-2004	0,1	0,0	42,0	190,0	98	9,5	0,1
Пудинг из творога с молоком сгущенным			200	19,2	19,2	32,5	346	№362-2004	0,6	0,2	238,0	261,1	258,1	18,0	0,9
Сок в ассортименте или напиток вишока			200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013,	16,9	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
			200	0,0	0,0	19,4	78	Пермь	18,8	0,4	17,0	0,0	0,0	0,0	5,0
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	10,0	0,0	0,0	0,0	12,6	40,0	0,0
Хлеб пшеничный															
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
<b>Обед</b>			<b>990</b>	<b>33,5</b>	<b>29,9</b>	<b>131,8</b>	<b>904</b>		<b>21,73</b>	<b>0,42</b>	<b>258,6</b>	<b>324,3</b>	<b>352,9</b>	<b>93,4</b>	<b>6,13</b>
Салат из свежих помидоров с зеленым горошком			100	1,8	5,1	9,4	91	№23-2013, Пермь	11,2	0,0	0,0	16,0	22,0	10,0	0,0
Уха с крупой															
Гуляш			250/50	9,9	6,8	14,3	146	№152-2013, Пермь	8,1	0,1	88,0	85,0	77,0	25,4	1,3
Макароны изделия отварные			50/50	12,2	10,2	5,5	147	№152-2004, Пермь	2,3	0,22	85,0	52,0	75,0	16,8	1,1
Макароны изделия отварные			200	4,5	4,1	49,0	252	№516-2004	0,13	0,0	45,6	26,1	20,0	9,7	0,53
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101		0,0	0,0	40,0	120	62,6	9,3	0,1
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
<b>ИТОГО:</b>				<b>60,2</b>	<b>53,9</b>	<b>236,8</b>	<b>1612</b>		<b>49,3</b>	<b>1,02</b>	<b>555,6</b>	<b>803</b>	<b>737</b>	<b>164,7</b>	<b>7,73</b>

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С		В1	А, мкг рет.эquiv.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>670</b>	<b>24,4</b>	<b>21,9</b>	<b>94,7</b>	<b>666</b>		<b>15,4</b>	<b>0,1</b>	<b>278</b>	<b>415,6</b>	<b>310</b>	<b>51,6</b>	<b>3,1</b>	
Бутерброд с джемом или повидлом			20/30	0,8	0,3	32,0	128	№2-2004	0,5	0,0	0,0	6,4	6,3	4,6	0,3	
Омлет натуральный			200	18,5	17,2	2,4	238	№340-2004	0,3	0,1	238	255	192	20,6	1,3	
Какао с молоком			200	3,8	3,5	15,9	110	№496-2013	0,6	0,0	40,0	120	72,0	0,0	0,1	
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	0,0	16,0	0,0	
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6	
<b>Обед</b>			<b>965</b>	<b>32,0</b>	<b>35,2</b>	<b>136</b>	<b>966</b>		<b>35,5</b>	<b>0,7</b>	<b>240,8</b>	<b>428,5</b>	<b>380,1</b>	<b>122,4</b>	<b>6,4</b>	
Салат "Пестрый"			100	1,0	5,1	6,4	76	№54-103-2020,2021, Новосибирск	16,5	0,0	0,0	120,0	15,6	20,6	0,8	
Суп - лапша домашняя с курицей			250/15	4,1	4,4	17,1	124	№148-2004	1,5	0,2	18,0	25,4	77,0	23,0	0,9	
Зразы "Верх-Исетские"			120	18,2	17,9	11,8	265	№49-2003, Екатеринбург	0,12	0,0	34,8	54,0	123,2	46,8	1,7	
Картофель припущенный с зеленью			200	3,4	3,8	28	160	№173-2013 Пермь,	3,4	0,0	18,0	27,2	35,2	2,3	0,1	
Кисель с витаминами			200	0,0	0,0	18,4	74	№614-2013, Пермь	14,0	0,3	120,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Йогурт молочный			125	3,6	3,1	21,0	120		0,0	0,1	50,0	180	42,0	7,5	0,0	
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	96		0,0	0,1	0,0	16,5	61,0	16,5	2,1	
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>ИТОГО:</b>				<b>56,4</b>	<b>57,1</b>	<b>230,7</b>	<b>1632</b>		<b>50,9</b>	<b>0,9</b>	<b>518,8</b>	<b>844,1</b>	<b>690,1</b>	<b>174</b>	<b>9,5</b>	

Наименование блюда	Брутто , г	Нетто , г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>			<b>695</b>	<b>26,2</b>	<b>24,3</b>	<b>105,3</b>	<b>791</b>		<b>1,0</b>	<b>0,4</b>	<b>322</b>	<b>607,5</b>	<b>405,5</b>	<b>84,6</b>	<b>1,8</b>	
Бутерброд с джемом или повидлом			20/20	0,8	0,3	17,3	128	№3-2004	0,5	0,0	0,0	6,4	6,3	4,6	0,3	
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004	0,4	0,1	108,0	258,0	138,0	33,6	0,1	
Котлеты из мяса			100	11,5	10,6	12,8	193	№451-2004	0,1	0,2	124	27,4	130,5	23,9	0,5	
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013, Пермь	0,0	0,0	40,0	120,0	62,6	9,3	0,1	
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21,0	120		0,0	0,1	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0	
Хлеб пшеничный																
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8	
<b>Обед</b>			<b>945</b>	<b>30,1</b>	<b>32,0</b>	<b>131,3</b>	<b>922</b>		<b>37,5</b>	<b>0,7</b>	<b>165</b>	<b>191,1</b>	<b>336,2</b>	<b>100,5</b>	<b>5,9</b>	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1, 15/1- 2011, Екатеринбург	15,0	0,0	0,0	16,3	22,6	16,3	0,9	
Суп гороховый с гренками и мясом			250/20/ 15	7,4	7,3	31,8	219	№139-2004	4,2	0,2	55,0	65,0	75,0	16,2	0,7	
Гречка по-купечески с мясом			300	20,2	19,0	49,2	442	№4/8-2011, Екатеринбург	0,3	0,4	110,0	69,0	174,4	51,0	2,0	
Сок в ассортименте		200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь	18,0	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0	
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7	
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6	
<b>ИТОГО:</b>				<b>56,3</b>	<b>56,3</b>	<b>236,6</b>	<b>1713</b>		<b>38,5</b>	<b>1,1</b>	<b>487</b>	<b>798,6</b>	<b>741,7</b>	<b>185,1</b>	<b>7,7</b>	

Наименование блюда	Брутто , г	Нетто , г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.экв.	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>			<b>680</b>	<b>21,0</b>	<b>22,7</b>	<b>96,3</b>	<b>666</b>		<b>2,0</b>	<b>0,1</b>	<b>257,5</b>	<b>668,1</b>	<b>370,6</b>	<b>59</b>	<b>2,24</b>
Бутерброд с сыром и маслом			30/15/ 10	6,5	11,4	15,0	189	№3-2004	0,1	0,0	82,0	192,4	101	9,55	0,12
Каша пшеничная жидкая			250	9,4	7,7	26,0	211	№264-2013, Пермь	1,1	0,0	125,5	280,0	172,5	24,7	0,12
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	3,5	0,1
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21	120		0,0	0,0	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0
Хлеб пшеничный			20	0,6	0,2	7,6	58		0,0	0,1	0,0	9,9	36,6	9,9	1,3
Хлеб ржаной			30	0,6	0,3	13,2	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
<b>Обед</b>			<b>1000</b>	<b>34,5</b>	<b>36,4</b>	<b>133,3</b>	<b>998</b>		<b>36,4</b>	<b>0,69</b>	<b>313,3</b>	<b>246,2</b>	<b>449,1</b>	<b>104,9</b>	<b>6,05</b>
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№14/1; 15/1- 2011, Екатеринбург	15,0	0,0	0,0	16,3	22,6	16,3	0,9
Суп из овощей с мясом и сметаной			250/10 /10	4,3	6,4	12,5	125	№135-2004	14,1	0,2	98,0	19,0	35,0	9,8	0,9
Рыба запечённая			120	21	16,9	3,7	250	№310-1996	0,48	0,29	172,0	45	225	30	0,72
Пюре картофельное			200	3,6	4,0	24,7	150	№520-2004	2,4	0,1	39,8	36,0	61,4	26,6	0,33
Сок в ассортименте			200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь	3,5	0,0	0,0	24,0	0,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный			50	1,0	0,5	22,0	96		1,0	0,1	0,0	16,5	61	16,5	2,1
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте (пряники, печенье, вафли или т.п.)			30	2,5	3,2	22,0	127		0,0	0,0	3,5	84	21	0,0	0,3
<b>ИТОГО:</b>				<b>55,5</b>	<b>59,1</b>	<b>229,6</b>	<b>1664</b>		<b>38,4</b>	<b>0,79</b>	<b>570,8</b>	<b>914,3</b>	<b>819,7</b>	<b>163,9</b>	<b>8,29</b>

Наименование блюда	Брутто, г		Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Брутто, г	Нетто, г		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак</b>																	
Сыр (порциями)	30	30	725	28,5	24,9	113	832		1,0	0,5	469	703,6	518,8	73,7	2,84		
Сдоба обыкновенная			60	3,4	1,9	24,5	151	№97-2004	0,6	0,0	195	4,8	177	0,0	0,04		
Каша дружба жидкая			250	8,0	9,0	27,0	247	№570-2013, Пермь	0,0	0,3	76,0	124,0	32,0	6,3	0,4		
Йогурт промышленного производства в ассортименте			125	3,6	3,1	21,0	120	№311-2004	0,4	0,1	108,0	258,0	138,0	33,6	0,1		
Кофейный напиток	200	200	200	3,2	2,7	15,3	101	№501-2013, Пермь	0,0	0,0	50,0	180,0	45,0	7,5	0,0		
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,6		
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,6	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6		
<b>Обед</b>			<b>990</b>	<b>35,4</b>	<b>34,0</b>	<b>138,8</b>	<b>912</b>		<b>40,1</b>	<b>0,3</b>	<b>200,4</b>	<b>423,3</b>	<b>378,6</b>	<b>93,7</b>	<b>6,9</b>		
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			100	0,9	5,0	3,1	61	№1171-15/1 2011	15	0,0	0,0	16,3	22,6	16,9	0,9		
Уха рыбацкая			250/50	9,3	7,2	10,4	144	№181-1996	7,6	0,1	48,4	188,0	92,0	16,4	0,5		
Жаркое из птицы			300	21,8	19,8	25,4	312	№443-1996	3,1	0,1	152,0	155,0	141,0	13,1	1,8		
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	20,2	83	№508-2013, Пермь	0,4	0,0	0,0	14,8	14,1	11,8	0,4		
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5		
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8		
Фрукт в ассортименте			180	1,0	1,0	42,0	145		14,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0		
<b>ИТОГО:</b>				<b>63,9</b>	<b>58,9</b>	<b>251,8</b>	<b>1744</b>		<b>41,1</b>	<b>0,8</b>	<b>669,4</b>	<b>1126,9</b>	<b>897,4</b>	<b>167,4</b>	<b>9,74</b>		

Наименование блюда	Брутто , г	Нетт о, г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет. экв.	Ca	P	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>			<b>650</b>	<b>25,6</b>	<b>24,3</b>	<b>105</b>	<b>731</b>		<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>309,0</b>	<b>538,6</b>	<b>310,7</b>	<b>77,8</b>	<b>4,7</b>
Каша рисовая жидкая			200	6,4	7,2	27,0	198	№311-2004	0,4	0,1	108,0	258,0	138,0	33,6	0,1
Запеканка из творога с молоком сгущенным			150/20	17,4	16,2	30,5	329	№313-2013, Пермь	0,7	0,0	201,0	255,0	84,0	17,1	1,4
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	13,5	54	№686-2004	0,8	0,0	0,0	2,2	0,1	3,5	0,1
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5
Хлеб ржаной			20	0,5	0,3	7,8	34		0,0	0,0	0,0	3,6	15,4	3,8	0,6
<b>Обед</b>			<b>955</b>	<b>29,8</b>	<b>34,6</b>	<b>125,6</b>	<b>929</b>		<b>44,0</b>	<b>1,0</b>	<b>356,2</b>	<b>229</b>	<b>389,9</b>	<b>98,2</b>	<b>4,7</b>
Салат из огурцов с маслом			100	0,9	5,1	1,2	54	№14/1 2011	5,0	0,0	0,0	18,0	33,0	13,0	0,5
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной			250/15 /10	5,0	6,3	14,4	140	№129-1996	17,9	0,0	55,0	21,8	40,0	12,0	0,2
Биточки из курицы запеченные			120	18,1	18,6	14,8	288		1,0	0,6	147	101	230	46,0	1,1
Макароны изделия отварные			180	4,1	3,7	44,2	227	№516-2004	0,1	0,0	34,2	19,6	15,0	7,3	0,4
Кисель вишошка			200	0,0	0,0	18,4	74	№615-2013, Пермь	20,0	0,3	120,0	50,0	0,0	0,0	0,0
Хлеб пшеничный			40	0,8	0,4	17,6	77		0,0	0,1	0,0	13,2	48,8	13,2	1,7
Хлеб ржаной			40	0,9	0,5	15,0	69		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
<b>ИТОГО:</b>			<b>55,4</b>	<b>58,9</b>	<b>230,6</b>	<b>1660</b>			<b>45,9</b>	<b>1,2</b>	<b>665,2</b>	<b>767,6</b>	<b>700,6</b>	<b>176</b>	<b>9,4</b>



Наименование блюда	Брутто , г	Нетто , г	Химический состав					№ рецептуры	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		С	В1	А, мкг рет.эк В.	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>			<b>685</b>	<b>25,6</b>	<b>24,4</b>	<b>104,7</b>	<b>741</b>		<b>14,6</b>	<b>0,0</b>	<b>286</b>	<b>509,2</b>	<b>306,1</b>	<b>55,8</b> <b>5</b>	<b>3,62</b>
Бутерброд с сыром и маслом			30/15/10	6,5	11,4	15,0	189	№3-2004	0,1	0,0	82,0	214,0	101	9,55	0,12
Запеканка царская из творога с молоком сгущенным			200	17,5	12,0	39,0	334	№10/5-2011	0,5	0,0	204	259	145	24,0	1,6
Чай с сахаром			200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
Фрукт в ассортименте			180	0,4	0,4	18,0	77	№458-2006, Москва	14,0	0,0	0,0	24,0	12,6	10,0	0,0
Хлеб пшеничный			20	0,4	0,2	8,8	39		0,0	0,0	0,0	6,6	24,4	6,6	0,8
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
<b>Обед</b>			<b>1080</b>	<b>29,9</b>	<b>33,9</b>	<b>137,4</b>	<b>965</b>		<b>27,6</b>	<b>0,92</b>	<b>262</b>	<b>448,4</b>	<b>488</b>	<b>145,3</b>	<b>5,4</b>
Салат из свежих помидоров с зеленым горошком			100	1,8	5,1	9,4	91	№23-2013, Пермь	11,2	0,0	0,0	16,0	22,0	0,0	0,0
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом			250/5/10	4,3	5,1	15,5	130	№110-2004	13,5	0,1	54,0	53,9	64,3	24,8	0,3
Гуляш			100	10,2	10,2	5,5	147	№152-2004, Пермь	2,3	0,12	68,0	42,0	60,4	13,5	0,9
Каша гречневая вязкая отварная			200	4,3	5,9	32,4	200	№510-2004	0,0	0,5	50,0	11,3	128	74,0	0,8
Какао с молоком			200	3,8	3,5	15,9	110	№496-2013	0,6	0,1	40,0	120	72,0	0,0	0,1
Хлеб пшеничный			60	1,2	0,6	26,4	116		0,0	0,1	0,0	19,8	73,2	19,8	2,5
Хлеб ржаной			30	0,7	0,4	11,3	51		0,0	0,0	0,0	5,4	23,1	5,7	0,8
Йогурт молочный			125	3,6	3,1	21,0	120		0,0	0,0	50,0	180	45,0	7,5	0,0
<b>ИТОГО:</b>				<b>55,5</b>	<b>58,3</b>	<b>242,1</b>	<b>1706</b>		<b>42,2</b>	<b>0,82</b>	<b>548</b>	<b>957,6</b>	<b>794,1</b>	<b>201,1</b>	<b>8,72</b>