



№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- Дб, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
			В.т.ч. клет.	Всего	В.т.ч. жест.	Всего			Са	Мг	Р	Fe	А,мкг г	Р-амкг г	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
№139 (1996)	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	6,19	0,00	6,41	2,45	19,61	141,02	17,03	20,4	54,48	0,86	0	202	1,19	0,1	13,23	
№401 (1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	11,50	2,42	4,01	165,96	7,81	4,22	11,54	0,24	0	14,4	1,21	0,01	0,95	
№36(2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,56	0,02	7,65	3,29	49,01	282,88	10,28	34,32	102,7	0,72	31	143	1,54	0,06	1,32	
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,14	73	6,2	0	0,02	0,63	
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,48	0,43	0	0	0,44	0,04	0	
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,29	13,82	46,45	1,15	0	0,3	0,42	0,05	0	
<b>Итого за 'Обед 4 день'</b>		<b>800,00</b>	<b>31,60</b>	<b>15,03</b>	<b>27,78</b>	<b>8,82</b>	<b>124,99</b>	<b>831,53</b>	<b>55,71</b>	<b>84,17</b>	<b>247,5</b>	<b>3,54</b>	<b>105</b>	<b>366</b>	<b>4,8</b>	<b>0,28</b>	<b>16,13</b>	

**Обед 5 день**

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- Дб, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
			В.т.ч. клет.	Всего	В.т.ч. жест.	Всего			Са	Мг	Р	Fe	А,мкг г	Р-амкг г	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Фотч. Единиц питания Коллекция рецептов по Средневзвешенной области 2018г	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	9,09	5,06	14,26	123,96	41,9	23,05	52,57	1,08	15	227	2,41	0,05	17,28	
ТТК	Каша гречневая с курицей и овощами "Царская"	250	22,50	0,02	16,57	4,19	29,88	301,90	31,71	84,09	134,3	2,89	28	521	1,92	0,19	40,41	
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	30,31	72,87	0,44	0	0,04	0	0	0	0	0	0	
	Выпечка в ассортименте	50	3,26	0,59	2,84	0,59	30,81	210,40	9,94	5,66	30,77	0,62	15	26,9	0,55	0,04	0,04	
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0	
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0	
<b>Итого за 'Обед 5 день'</b>		<b>810,00</b>	<b>31,47</b>	<b>0,86</b>	<b>28,98</b>	<b>10,32</b>	<b>128,66</b>	<b>819,13</b>	<b>96,73</b>	<b>126,1</b>	<b>267,8</b>	<b>5,71</b>	<b>57</b>	<b>775</b>	<b>5,49</b>	<b>0,35</b>	<b>57,73</b>	

**Обед 6 день**

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- Дб, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
			В.т.ч. клет.	Всего	В.т.ч. жест.	Всего			Са	Мг	Р	Fe	А,мкг г	Р-амкг г	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
№139 (2004)	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10	6,98	0,00	6,80	4,80	20,86	285,87	28,88	34,38	85,53	1,98	0	232	2,07	0,25	11,49	
№403 (1996)	Плов	250	15,28	0,00	15,80	8,53	44,69	310,07	13,51	43,22	117,9	0,98	0	318	3,93	0,08	4,36	
№588 (1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,69	2,46	5,92	6,79	0,14	73	6,2	0	0,02	0,63	
	Выпечка в ассортименте	50	3,26	0,59	2,84	0,59	25,81	150,84	9,94	5,66	30,77	0,62	15	26,9	0,55	0,04	0,04	
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09	5,88	4,12	19,11	0,32	0	0	0,33	0,03	0	
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0	
<b>Итого за 'обед 6 день'</b>		<b>810,00</b>	<b>29,34</b>	<b>0,59</b>	<b>27,48</b>	<b>14,40</b>	<b>134,55</b>	<b>945,47</b>	<b>67,53</b>	<b>102,5</b>	<b>291,1</b>	<b>4,8</b>	<b>88</b>	<b>583</b>	<b>7,16</b>	<b>0,46</b>	<b>16,52</b>	

**Обед 7 день**

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- Дб, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
			В.т.ч. клет.	Всего	В.т.ч. жест.	Всего			Са	Мг	Р	Fe	А,мкг г	Р-амкг г	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
№124 (1996)	Щи по-уральски с крупой (пшено), сметаной	250/10	2,10	0,25	10,77	10,24	10,54	188,19	35,86	17,97	41,8	0,63	9	231	4,62	0,04	7,51	
№389 (2004)	Биточки рыбные (паровые) с маслом сливочным, отрубями	100/5	18,34	16,67	11,50	0,25	14,12	215,23	48,04	39,65	204,4	0,94	68	74,1	1,58	0,19	0,96	
№472 (1996)	Пюре картофельное (гарнир)	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	198,63	49,22	38,59	113,7	1,4	42	52	0,22	0,19	30,53	
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	30,31	72,87	0,44	0	0,04	0	0	0	0	0	0	
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,48	0,43	0	0	0,44	0,04	0	
пром.	Хлеб ржаной	30	1,94	0,00	0,35	0,35	12,26	56,85	10,29	13,82	46,45	1,15	0	0,3	0,42	0,05	0	
<b>Итого за 'Обед 7 день'</b>		<b>800,00</b>	<b>29,43</b>	<b>17,76</b>	<b>29,32</b>	<b>11,75</b>	<b>115,62</b>	<b>827,89</b>	<b>151,7</b>	<b>115,5</b>	<b>431,8</b>	<b>4,59</b>	<b>119</b>	<b>358</b>	<b>7,28</b>	<b>0,51</b>	<b>39</b>	

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины		
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
ТТК	Овощи свежие в нарезке (огурец, помидор)	100	0,94	0,00	0,15	0,15	4,31	25,73	21,03	17,11	34,14	0,76	0	75,3	0,41	0,04	17,64	
																		ФСНН БАМНЛ ПОЭРПШ Республиканская по Свердловской области 20/8год
ТТК	Макаронные изделия с рубленой курицей и сыром	250	20,88	3,89	18,13	4,73	56,11	471,08	165	20,39	152,6	1,23	60	68,4	2,83	0,12	2,06	
№588 (1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	28,19	106,45	31,8	20,58	28,62	0,67	0	117	1,1	0,02	0,78	
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,48	0,43	0	0	0,44	0,04	0	
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0	
<b>Итого за 'Обед 8 день '</b>		<b>870,00</b>	<b>29,08</b>	<b>4,14</b>	<b>27,98</b>	<b>10,55</b>	<b>131,35</b>	<b>861,25</b>	<b>274,5</b>	<b>95,83</b>	<b>324,4</b>	<b>4,93</b>	<b>74</b>	<b>487</b>	<b>7,47</b>	<b>0,31</b>	<b>37,76</b>	
<b>Обед 9 день</b>																		

№129 (1996)	Рассолыник ленинградский со сметаной	250/10	2,38	0,25	5,80	4,59	19,47	129,99	27,55	23,48	68,62	0,9	9	219	2,08	0,08	6,71
№493 (2004)	Филе голени индейки тушенное в сметанном соусе	80/50	19,33	0,32	14,48	4,97	8,53	272,50	13,9	2,12	13,54	0,12	30	33,1	2,36	0,01	0,15
№472 (1996)	Картофель запеченый дольками	180	3,67	0,03	6,90	0,73	40,21	210,30	22,6	42	107,4	1,68	40	51,3	0,26	0,22	36,34
ТТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,76	0	0	0	0	118	0	0	0,29	19,6
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,48	0,43	0	0	0,44	0,04	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
<b>Итого за 'Обед 9 день '</b>		<b>830,00</b>	<b>29,65</b>	<b>0,60</b>	<b>27,73</b>	<b>10,84</b>	<b>115,66</b>	<b>817,58</b>	<b>78,75</b>	<b>82,3</b>	<b>246</b>	<b>3,89</b>	<b>197</b>	<b>304</b>	<b>5,42</b>	<b>0,68</b>	<b>62,8</b>
<b>Обед 10 день</b>																	

№167 (1996)	Суп пюре из разных овощей с цветной капустой, грибами	250/10	4,27	1,09	5,50	0,39	24,40	182,14	60,83	24,21	77	0,62	36	492	0,27	0,08	12,42
№48 (2003)	Кнедли из говядины с маслом сливочным	100/5	13,66	0,71	12,82	1,33	3,83	198,63	3,12	0,54	8,75	0,13	22	48,3	0,83	0	0
№464 (1996)	Каша гречневая вязкая (гарнир)	180	5,20	0,03	7,60	1,44	35,02	230,50	14,82	76,32	115,5	2,61	22	42	0,41	0,14	0
ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	30,31	72,87	0,44	0	0	0,04	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,98	0,00	0,31	0,31	20,31	96,12	7,84	5,49	25,48	0,43	0	0	0,44	0,04	0
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90	6,86	9,21	30,97	0,76	0	0,2	0,28	0,04	0
<b>Итого за 'Обед 10 день '</b>		<b>805,00</b>	<b>27,62</b>	<b>1,83</b>	<b>26,47</b>	<b>3,71</b>	<b>122,04</b>	<b>818,16</b>	<b>93,91</b>	<b>115,8</b>	<b>257,7</b>	<b>4,59</b>	<b>81</b>	<b>582</b>	<b>2,23</b>	<b>0,3</b>	<b>12,42</b>