

Согласовано
Т.О. территориального
отдела Управления
Роспотребнадзора по РБ в
Мухоморском районе

Хван О.В.

Патрахина Н.П.

Приказ 62 от 01.09.2021г

Муниципальное бюджетное учреждение «Центр питания и столовая №1 г. Ижевск»																	
Наименование блюд		Выход.,г р	Цена. , руб	Пищевые вещества (г)			Энерг.цен.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
				белки	жиры	углевод ы		A	B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
1 неделя , понедельник																	
завтрак																	
	Суп молочный	200		6,862	3,3194	28,6	200,9712	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91	
	яблоко	140		0.58	0.58	10.22	68.15	0.00	0.044	0.029	0.435	14.5	23.2	13.05	16	3.19	
	Сыр	15		3.48	4.425	0	54.6	39	0.006	0.045	0.3	0.105	132	5.25	75	0.15	
	Цикорий	200		3.016	2.0416	16.135	94.8534	10	0.024	0.085	0.9	0.65	67.8	17	54.9	0.36	
	Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0	
обед																	
	Суп картофельный с макаронными	250		1,418	0,8983	7,3414	109,9	0	0,118	0,066		16,5	16,12	24,11	63,7	0,992	
	Рис отварной	150		3,604	4,7817	36,443	203,22	7,5	0,018	0,064		0	50,85	12,75	41,2	0,27	
	Мясная котлета	80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1		0	14,22	19,01	131	2,049	
	Чай с лимоном	200\4		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907	
	Хлеб йодированный	30		2,792	0,283	18,55	87,92	0,042	0,011	0,317		5,268	3,924	21,72	0,3	0	
	Итого за день			19,4	19,791	95,532	1164,799976	12,54	2,055	0,6		24,99	127,20	95,86	269	4,398	
Вторник																	
завтрак																	

Каша манная	200		6,862	3,3194	28,6	300,8988	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
Чай с вареньем	20\200		1,805	0,2209	11,193	52,77	3E04	4E 04	0,005		0,05	2,775	4,12	2,2	0,44
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
ОБЕД		п								п					
Суп картофельный с горохом	250		9,116	8,779	43,467	163,7	18,86	3,098	1,229		11,62	202,9	175,3	409	7,504
Пюре картофельное	150		3,0639	4,43454	20,04879	132,30	25,5	0,163	0,13	1,695	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
голубцы	80\50		9,34	8,7596	57,235	251,45	18,86	3,102	1,24		22,57	211,1	185,1	415	8,411
Икра кабачковая	60		9,698	9,8953	47,766	75,87	6,271	1,027	0,3		4,46	63,61	47,93	135	2,199
Чай с молоком	200		1,551	1,4529	2,1749	27,98	10,00	0,021	0,085	0,75	64,95	11,4	53,2	0,87	3,145
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			32,50	29,099	169,19	1000,409	54,03	7,259	3,172		44,67	546,60	441,40	1012	18,98
среда															
завтрак															
Каша рисовая	200		8131	4,268	28,66	320,889	20	0,25	0,17	0,9	1,3	141	55,94	208	1,526
Чай с молоком	200\4		1,551	1,4529	2,1749	27,97952	10	0,021	0,085		0,75	64,95	11,4	53,20	0,87
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
обед															
Уха рыбацкая	20\250		2,565	2,7613	18,587	109,50	0	0,113	0,068		16,5	18,02	26,51	87,3	1,012
Гарнир каша гречневая	150		8,212	5,3533	35,915	224,69	21	0,297	0,144		0	15,06	138	207	4,634
Закуска из свежей моркови	60		0,715	10,045	3,795	109,15	14,85	20,9	30,45		0,385	0	0,033	0,04	0,55
Компот из сухофруктов	200		0,57	0,0799	24,092	99,36	0	0,009	0,022		0,86	23,35	15,15	19,9	0,745

Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			24,7	31,277	112,3	1247,364855	35,89	23,22	31,1		23	74,57	220,4	446	8,989
четверг															
завтрак															
Каша пшённая	200		6,862	3,3194	28,6	320,889	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
какао	200		2,365	2,2352	16,802	96,78592	14	0,03	0,109	0,106	0,91	87,01	18,3	76,1	0,555
сыр	15		3,48	4,425	0	54,6	39	0,006	0,045	0,3	0,105	132	5,25	75	0,15
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
обед															
Щи из капусты	250		1,754	4,5716	8,31	81,39	0	0,065	0,53		30,9	33,2	21,10	45,7	0,766
Картофельное пюре	150		3,0639	4,43454	20,04879	132,30	25,5	0,163	0,13	1,695	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
Рыбная котлета	80		9,192	10,798	10,72	176,82	24,95	1,795	0,071		0,24	26,03	32,64	139	0,802
Чай с вареньем	20\200		1,805	0,2209	11,193	52,77	3E04	4E 04	0,005		0,05	2,775	4,12	2,2	0,44
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			17,66	11,37	68,955	1028,58492	77,51	0,299	0,649	1,04	7,583	365	104	363	2,276
пятница															
завтрак															
Каша из кукурузной крупы	200		6,862	3,3194	28,6	330,889	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
Чай с молоком	200\4		1,551	1,4529	2,1749	27,97952	10	0,021	0,085		0,75	64,95	11,4	53,20	0,87
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
обед															
Рассольник Ленинградский	250		2,308	5,0619	15,921	118,5	0	0,112	0,072		18,1	17,7	27,35	73,8	1,034
Макаронные	150		4,4	3,9321	27,33	187,54	0	0,087	0,02	0,611	0	15,2	8,478	45,3	0,858

изделия															
Мясная котлета	80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1		0	14,22	19,01	131	2,049
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
шиповник	200		0,426	0,1429	22,887	94,5	0,00	0,012	0,032		104,8	11,4	3,14	4,34	0,432
Икра из кабачков	60		9,698	9,8953	47,766	75,87	6,271	1,027	0,3		4,46	63,61	47,93	135	2,199
Итого за день			36,4	25,97	108	1082,5292224	122,4	2,246	1,176		32,08	412,8	205,4	532	4,702
2неделя															
бдень															
завтрак															
Каша рисовая	200		6,862	3,3194	28,6	200,9712	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
Хлеб йодиров	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
Сыр российский	15		3.48	4.425	0	54.6	39	0.006	0.045	0.3	0.105	132	5.25	75	0.15
яблоко	140		0.58	0.58	10.22	68.15	0.00	0.044	0.029	0.435	14.5	23.2	13.05	16	3.19
чай	200		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
обед															
Суп картофельный с горохом	250		9,116	8,7079	43,467	136,7	18,86	3,098	1,229		11,62	202,9	175,30	409	7,504
Макаронные изделия	150		4,4	3,9321	27,33	187,54	0	0,087	0,02	0,611	0	15,2	8,478	45,3	0,858
Мясная котлета	80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1		0	14,22	19,01	131	2,049
Чай с лимоном	200\4		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			26,78	25,78	115,33	1123,108693	18,9	5,100	1,687		22,29	256	241,30	604	11,62
7день															
завтрак															
Каша манная	200		6,862	3,3194	28,6	320,889	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
чай	200		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907

обед															
Борщ	250		4,119	4,7894	27,407	169,2	0	0,098	0,064		19,97	38,05	28,25	71,3	1,404
Перловка отварная	150		4,32	4,0788	29,558	172,2	21,00	0,059	0,035		0	19,67	19,37	158	0,883
Мясная котлета	80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1		0	14,22	19,01	131	2,049
Икра из кабачков	60		9,698	9,8953	47,766	75,87	6,271	1,027	0,3		4,46	63,61	47,93	135	2,199
Компот из сухофруктов	200		0,57	0,0799	24,092	99,36	0	0,009	0,022		0,86	23,35	15,15	19,9	0,745
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			32,05	34,784	146,38	1270,3643	46,29	1,276	0,836		138,40	153,40	184,30	479	6,367
8день															
завтрак															
Суп молочный	200		6,862	3,3194	28,6	200,9712	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
Чай с молоком	200\4		1,551	1,4529	2,1749	27,97952	10	0,021	0,085		0,75	64,95	11,4	53,20	0,87
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
обед															
Суп картофель	250		1,17892	2,5762	16,38	97,40	0	0,133	0,081		21,9	16,92	28,76	72,2	1,08
Рис отварной	150		3,604	4,7817	36,443	203,22	7,5	0,018	0,064		0	50,85	12,75	41,2	0,27
Рыбная котлета	80		9,192	10,798	10,72	176,82	24,95	1,795	0,071		0,24	26,03	32,64	139	0,802
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
чай	200		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
Закуска из свежей моркови	60		0,715	10,045	3,795	109,15	14,85	20,9	30,45		0,385	0	0,033	0,04	0,55
Итого за день			18,48	28,484	85,885	1000,388	66,84	22,88	30,95		27,79	52,81	110,1	292	2,986
9день															
завтрак															
Каша из кукурузной	200		6,862	3,3194	28,6	330,89	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
чай	200		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907

Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
зефир	20		1,3	0,24	12,5	12,33	0,04	0,078	0,325	0	5,26	3089	214	0,158	0
обед															
Суп Крестьянский с пшеном	250		1,754	4,5716	8,3083	81,39	0	0,065	0,053		30,9	33,2	21,1	45,7	0,766
Картофельное пюре	150		3,0639	4,43454	20,04879	132,30	25,5	0,163	0,13	1,695	25,94	41,1	96,21	32,7	1,187
Печень говяжья	80		10,06	18,663	10,67	252,69	4114	0,172	1,25		18,5	14,45	17,4	195	3,835
Чай с лимоном	200\4		0,224	0,0517	13,768	56,4353	0,00	0,004	0,011		2,9	8,2	9,78	5,24	0,907
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			19,41	29,225	79,412	1074,6406	4,144	0,427	1,679		85,83	134,8	174,7	306	6,875
10день															
завтрак															
Каша из пшенной крупы	200		6,862	3,3194	28,6	230,87	20	0,159	0,185	1,288	1,3	155,4	36	241	0,91
Чай с сахаром	200		0,57	0,0799	24,092	99,36	0	0,009	0,022		0,86	23,35	15,15	19,9	0,745
Хлеб йодированный	25		1,9	0,235	12,3	58,75	0,042	0,0115	0,3175	0	5,268	3,924	21,718	0,3015	0
обед															
Суп картофельный с макароннами	250		1,418	0,8983	7,3414	109,9	0	0,118	0,066		16,5	16,12	24,11	63,7	0,992
Макаронные изделия	150		4,4	3,9321	27,33	187,54	0	0,087	0,02	0,611	0	15,2	8,478	45,3	0,858
Мясная котлета	80		9,85	12,755	11,361	209,126336	0	1,891	0,1		0	14,22	19,01	131	2,049
сок	200		0,285	1,269	15,828	75,8	0	0,008	0,013		50	5,98	7,5	2,25	0,398
Хлеб йодированный	30		2,792	0,293	18,55	87,92	0,042	00,11	0,317		5,269	3,924	21,72	0,3	0
Итого за день			31,26	22,7772	121,6	1090,6984	73,69	1,675	0,944		76,7	239,9	175,4	387	3,875
Всего за 10дней			260	267,54	10123	11082,88796	4615	68,19	72,73		538,6	2117	2032	215	72,29

[illegible]

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575914

Владелец Патрахина Наталья Петровна

Действителен с 05.04.2022 по 05.04.2023