|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | **Наименование блюда** | **Масса, г** | **Пищевые вещества** | | | **Энерг. ценность, ккал** | **Минер. вещества, мг** | | | | **Витамины, мг** | | |
|  |  |  | Белки | Жиры | Углеводы |  | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
|
|  | 22.04.2021 | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  | **Обед** | | | | |  |  |  |  |  |
| **37** | Суп рыбный | 200,00 | 6,89 | 6,72 | 16,2 | 133,8 | 36,24 | 37,88 | 141,22 | 1,01 | 0,08 | 7,29 | 12,00 |
| **6** | Сосиска | 51,00 | 10,20 | 13,25 | 7,21 | 132,20 | 12,00 | 10,00 | 79,50 | 0,90 | 0,02 | 0,00 | 0,00 |
| **3** | Омлет натуральный | 150,00 | 12,27 | 2,85 | 9,63 | 201,78 | 114,20 | 19,50 | 260,50 | 2,94 | 0,10 | 0,25 | 0,00 |
| **20** | Чай с сахаром | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 13,45 | 28,00 | 11,00 | 0,00 | 0,00 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  | Печенье | 32,00 | 2,19 | 1,50 | 20,00 | 41,30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  | Хлеб | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого на 1 день:** |  | **37,31** | **25,02** | **95,72** | **699,32** | **179,74** | **74,08** | **511,72** | **6,95** | **0,30** | **7,54** | **12,00** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
|  | Каша рисовая молочная | 200,00 | 21,10 | 21,00 | 38,00 | 285,00 | 46,93 | 0.05 | 25,18 | 2,83 | 0,19 | 1,67 | - |
|  | Кисель фруктовый | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 28,00 | 94,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  | Хлеб | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
|  | Кексы | 33,30 | 0,15 | 0,56 | 8,97 | 12,54 | - | - | - | - | - | - | - |
|  | Яблоко | 150,00 | 0,70 | 0,70 | 16,20 | 48,30 | 17,00 | - | 16,00 | 3,80 | 0,05 | 18,00 | 0,00 |
|  | Масло сливочное | 5,00 | 0,06 | 5,50 | 0,77 | - | 0,50 | 0,00 | 1,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 31,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО 1 день :** |  | **27,77** | **28,46** | **121,17** | **602,08** | **23,80** | **6,70** | **47,65** | **5,20** | **0,34** | **19,67** | **31,00** |