

№ реп.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг					Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	
5/15/2021														
Обед														
31	Суп картофельный с макаронами	227.00	2.91	8.3	21.02	229.54	17.82	-	-	0.90	0.12	17.37	-	
5	Рыбная котлета	50.00	13.87	11.20	18.32	156.00	52.10	59.77	238.46	0.96	0.10	3.35	0.01	
39	Пюре картофельное	80.00	3.28	6.05	28.70	119.20	41.22	-	0.00	1.17	0.16	25.49	-	
25	Салат из свежих с зеленым горошком	60.00	1.00	6.30	26.30	72.31	16.76	11.14	25.18	0.79	0.03	5.88	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	
	Сок осветленный	150.00	0.80	0.00	9.65	64.00	5.80	0.00	0.00	0.00	0.00	1.75	0.00	
	Вафли	20.00	0.82	5.40	12.00	61.25	-	-	-	-	-	-	-	
40	Соус томатный	25.00	1.20	0.98	4.20	6.80	41.22	8.60	-	0.96	0.02	6.80	2.20	
	Итого на 1 день:		29.64	38.93	149.42	871.34	181.22	86.21	294.14	6.18	0.53	60.64	2.21	

Завтрак														
	Каша пшеничная	150.00	6.60	4.38	26.54	157.00	1.22	0.03	162.00	2.43	0.11	0.00	0.02	
2	Котлета	50.00	7.78	5.78	7.85	114.38	21.88	16,0 6	83.19	0.75	0.05	0.08	14.38	
40	Соус томатный	25.00	1.20	0.98	4.20	6.80	41.22	8.60	-	0.96	0.02	6.80	2.20	
25	Салат из свежкы с зеленым горошком	60.00	1.00	6.30	26.30	72.31	16,76	11.14	25.18	0.79	0.03	5.88	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	
	Сок осветленный	200.00	1.20	0.00	12.50	74.30	8.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.00	0.00	
	Вафли	20.00	0.82	5.40	12.00	61.25	-	-	-	-	-	-	-	
	Бананы	120.00	2.00	0.15	25.20	75.00	0.17	0.54	0.32	0.81	0.06	0.02	0.40	
	Итого за день :		26.36	23.69	143.82	723.28	95.55	27.01	301.19	7.14	0.37	14.78	17.00	

Директор / Рамазанова Н.Г. /

