

| № п/п | Наименование порции | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | Тех. карта | | | | | |
|-------|----------------------------|---------|-------|-------|-------|----------|--------|--------------------------------|---------|---------------|-------|---------------------------|-------|------------|-------|--------|--------|-------|-------|
| | | г | г | г | г | г | г | г | г | В1 | В2 | Са | Fe | | | | | | |
| 1 | С лимонном | 150-180 | 0,06 | 0,08 | 0,04 | 19,6 | 26,13 | 78,9 | 105,2 | - | - | 1,37 | 1,82 | 8,07 | 10,76 | 0,11 | 0,14 | №17 | |
| 2 | Чай | 20 | 4,61 | 4,89 | 2,74 | 14,59 | 14,87 | 109,87 | 120,8 | 0,04 | 0,08 | 0,02 | 0,02 | 25,4 | 25,89 | 0,45 | 0,58 | №45 | |
| | Итого: | | 4,67 | 4,97 | 2,77 | 34,19 | 41 | 188,77 | 226 | 139 | 1,84 | 33,47 | 36,65 | 0,56 | 0,72 | | | | |
| | Итого за весь день: | | 46,13 | 60,66 | 32,32 | 43,54 | 173,21 | 237,65 | 1198,57 | 0,73 | 1,035 | 24,02 | 3,04 | 21,81 | 28,27 | 330,83 | 463,44 | 16,15 | 23,01 |

5 день

| Наименование порции | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамины (мг) | | | | | | Тех. карта | | | |
|--------------------------------------|--------------|----------------------|------|------|------|----------|-------|--------------------------------|--------|---------------|------|------|------|-------|-------|------------|------|-----|--|
| | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | г | г | В1 | В2 | | Са | | Fe | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Совая каша на воде | 120-200 | 3,48 | 4,65 | 3,9 | 5,2 | 40,88 | 54,51 | 212 | 283 | 0,02 | 0,03 | 0,02 | 0,02 | 5,81 | 7,75 | 0,53 | 0,71 | №35 | |
| Сладкий с лимонном | 150-180 | 0,06 | 0,08 | 0,03 | 0,04 | 19,60 | 26,13 | 78,9 | 105,20 | - | - | 1,37 | 1,82 | 8,07 | 10,76 | 0,11 | 0,14 | №17 | |
| С маслом и вичным | 40/7 | 1,22 | 2,45 | 3,77 | 7,55 | 7,31 | 14,62 | 68,0 | 136,0 | 0,02 | 0,05 | 0,02 | 0,04 | 4,65 | 9,30 | 0,31 | 0,62 | №26 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из капусты с картофельным маслом | 30-45 | 0,54 | 0,67 | 2,08 | 2,60 | 3,42 | 4,27 | 34,64 | 43,3 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 10,65 | 13,31 | 0,29 | 0,36 | №12 | |
| Суп вермишелевый на мясном бульоне | 150-200 | 3,29 | 4,39 | 3,16 | 4,21 | 9,79 | 13,05 | 80,85 | 107,80 | 0,13 | 0,18 | 0,04 | 0,05 | 22,84 | 30,46 | 1,21 | 1,61 | №41 | |
| Суп с пшенной | 100-150 | 3,33 | 4,44 | 5,07 | 6,76 | 18,18 | 24,23 | 132,0 | 176 | 0,13 | 0,17 | 0,12 | 0,16 | 58,3 | 77,7 | 0,99 | 1,32 | №13 | |