

день:

Девятый

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)														
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe											
ЗАВТРАК																									
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,40	3,80	14,40	120,00	0,07	0,66	26,40	0,30	130,40	109,50	21,34	0,52											
382	Какао с молоком	200	6,56	1,30	26,00	125,11	0,05	1,30	24,40		135,20	124,50	26,50	2,00											
б/н	Батон нарезной	50	3,75	1,40	25,85	143,00	0,50			0,65	11,50	43,50	15,00	0,55											
14	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,00			20,00	0,05	1,20	1,50		0,10											
16	Колбаса полукопченая	25	3,75	10,00	0,08	105,75	0,05			1,50	6,50	50,50	6,25	0,55											
б/н	Сушки	20	2,14	0,24	14,24	67,80	0,03			0,32	4,80	18,20	3,60	0,32											
	ИТОГО за прием пищи	500	20,64	20,36	80,63	594,66	0,70	1,96	70,80	2,82	289,60	347,70	72,69	4,04											
ОБЕД																									
67	Винегрет	60	0,85	6,00	0,43	75,06	0,03	5,70		2,70	18,70	25,90	11,70	0,50											
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	6,70	1,90	18,80	119,10	0,19	0,64		14,24	33,90	61,10	23,70	1,70											
271	Котлета домашняя	90	10,90	20,80	8,20	264,10	0,13	0,20	41,80	2,36	0,17	107,50	16,00	1,70											
309	Макароны отварные	150	5,60	8,15	26,51	201,45	0,06			0,97	6,06	37,17	21,12	1,12											
348	Компот из изюма	200	0,30	0,07	29,85	122,20	0,02	0,01		0,07	20,32	19,36	8,12	0,45											
б/н	Хлеб ржаной	35	2,45	0,70	13,65	73,50	0,07			0,63	16,10	74,20	17,50	2,17											
б/н	Батон нарезной	35	2,60	0,98	17,99	100,10	0,03			0,45	8,05	30,45	11,55												
	ИТОГО за прием пищи	770	29,40	38,60	115,43	955,51	0,53	6,55	41,80	21,42	103,30	355,68	109,69	7,64											
	Соль йодированная	3																							
ИТОГО:		1270	50,04	58,96	196,06	1550,17	1,23	8,51	112,60	24,24	392,90	703,38	182,38	11,68											