



<b>ИТОГО:</b>		530- 540	26.35	40.29	36.30	622.00	0.28	5.04	414.33	0.71	590.80	518.83	69.55	5.16
---------------	--	-------------	-------	-------	-------	--------	------	------	--------	------	--------	--------	-------	------

День: среда  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)							Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
278	Тэфтели мясные паровые	110	7,83	8,75	10,25	151,00	0,05	0,72	33,92	0,55	27,95	88,37	18,33	0,87				
309	Макаронны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,11				
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	52,00	-	2,83	-	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36				
14	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,42	85,80	0,03	-	-	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33				
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-	0,20				
	Соль йодированная	1																
<b>ИТОГО:</b>		500,00	15,81	21,38	67,45	523,25	0,14	3,55	73,92	2,03	56,31	159,04	51,75	2,87				

День: четверг  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)							Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
174	Каша вязкая молочная рисовая	200	5,92	3,60	42,82	228,00	0,06	0,96	14,8	0,12	128,27	154,44	36,46	0,40				
382	Какао с молоком	200	6,56	1,34	26,00	125,11	0,06	1,33	24,40	-	133,33	124,56	25,56	2,00				
	Батон отрубной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86				
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-	0,20				
	Печенье	20	0,42	3,68	7,65	69,58	0,02	-	14,40	0,26	25,00	17,4	3,00	0,20				
	Соль йодированная	1																
<b>ИТОГО:</b>		460,00	15,08	16,47	88,30	551,69	0,20	2,29	93,6	1,03	302,80	363,00	80,02	4,66				



День: вторник  
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
204	Макаронны отварные с сыром	180	12.18	14.33	30.70	300.96	0.07	0.20	103.68	0.96	265.68	181.87	18.29	1.11		
382	Какао с молоком	200	6.56	1.34	26.00	125.11	0.06	1.33	24.40	-	133.33	124.56	25.56	2.00		
	Батон отрубной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86		
14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.00	-	-	40.00	0.11	2.40	3.00	-	0.20		
	Йогурт	115-125	6.25	4.00	4.38	85.00	0.05	0.75	25.00	-	152.50	120.00	18.75	0.13		
	Соль йодированная	1														
<b>ИТОГО:</b>		<b>535-545.00</b>	<b>27.17</b>	<b>27.52</b>	<b>72.91</b>	<b>640.07</b>	<b>0.24</b>	<b>2.28</b>	<b>193.08</b>	<b>1.61</b>	<b>567.71</b>	<b>493.03</b>	<b>77.60</b>	<b>5.30</b>		

День: среда  
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
173	Каша овсяная молочная	200	8.88	6.18	40.04	252.00	0.21	0.96	14.80	0.62	156.25	261.86	71.05	2.07		
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	-	0.03	-	-	11.10	2.80	1.40	0.28		
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.03	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33		
14	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.00	-	-	40.00	0.11	2.40	3.00	-	0.20		
	Соль йодированная	1														
<b>ИТОГО:</b>		<b>440.00</b>	<b>11.28</b>	<b>14.29</b>	<b>70.59</b>	<b>463.8</b>	<b>0.24</b>	<b>0.99</b>	<b>54.8</b>	<b>1.12</b>	<b>176.65</b>	<b>293.76</b>	<b>82.35</b>	<b>2.88</b>		

День: четвертый  
Неделя: вторая

№ 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	Мg	Fe		

227	Рыба протушенная (минтай) с маслом	110	17,12	8,22	0,92	146,00	0,08	0,84	49,00	0,48	15,46	195,68	45,84	0,90
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
379	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	-	125,78	90,00	14,00	0,13
14	Батон отрубной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-	0,20
	Печенье	20	0,42	3,68	7,65	69,58	0,02	-	14,40	0,26	25,00	17,40	3,00	0,02
	Соль йодированная	1												
<b>ИТОГО:</b>		<b>520,00</b>	<b>26,54</b>	<b>27,8</b>	<b>73,03</b>	<b>654,88</b>	<b>0,23</b>	<b>2,14</b>	<b>123,4</b>	<b>1,67</b>	<b>183,81</b>	<b>430,63</b>	<b>94,18</b>	<b>3,64</b>

День: пятница  
Неделя: вторая

№ 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				
278	Тфтели мясные паровые	110	2,78	8,75	10,25	151,00	0,05	0,72	33,92	0,55	27,95	88,37	18,33	0,87				
309	Макаронны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,11				
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	52,00	-	2,83	-	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36				
	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,42	85,80	0,03	-	-	0,39	6,90	26,10	9,90	0,33				
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	-	-	40,00	0,11	2,40	3,00	-	0,20				
	Соль йодированная	1																
<b>ИТОГО:</b>		<b>500,00</b>	<b>15,81</b>	<b>21,38</b>	<b>67,45</b>	<b>523,25</b>	<b>0,14</b>	<b>3,55</b>	<b>73,92</b>	<b>2,03</b>	<b>56,31</b>	<b>159,04</b>	<b>51,75</b>	<b>2,87</b>				