

Неделя: первая, день ПЯТНИЦА

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
			Б	Ж	У		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
94	суп молочный с крупой	120	3,479	3,287	11,143	88,08	97,152	0,323	0,041	0,067	0,546
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	-	28	8	0,19	0	0	0,02
1	Бутерброд с маслом(сливочное крестьянское мдж 72,5%) (хлеб пшеничный)	20\5	2,45	7,55	14,62	136	9,3	0,62	0,51	0,03	-
	Итого:	295	5,969	10,847	25,763	252,08	114,452	1,133	0,551	0,097	0,566
2- завтрак											
368	Фрукты	1 шт.	0,4	0,4	0,8	44	16	2,2	0,03	0,028	10
ОБЕД											
85,12	Суп картофельный с клецками №120	150	1,257	2,016	7,283	52,35	14,085	0,489	0,822	0,048	3,45
213	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	23	0,59	0,02	0,1	0,33
291	Запеканка картофельная фаршированная мясом говядины	130	10,1	9,1	18,2	197,08	19	2,07	0,12	0,13	9,36
336	Капуста тушеная	30	0,588	1,113	2,847	23,7	16,74	0,225	0,582	0,009	4,911
376	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	0,51	84,75	23,86	0,936	0,002	0,005	0,3
	Хлеб пшеничный	20	2,37	-	14,49	71	6,9	0,6	0,048	0,018	-
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,06	36	5,6	0,72	0,046	0,024	
	Итого:	640	21,445	17,484	51,47	571,88	125,185	7,83	1,67	0,362	28,351
ПОЛДНИК											
458	ватрушка с творогом, повидлом	55	7,23	6,83	22,2	179,4	51,1	0,55	0,05	0,1	0,1
400	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	0,24	2,05
	Итого:	205	11,81	10,91	29,78	264,4	240,7	0,71	0,11	0,34	2,13
	Всего:	1140	39,224	39,241	107,013	1088,36	480,337	9,673	2,331	0,799	31,047