

Неделя: вторая, день СРЕДА

№	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										
93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,58	2,75	8,97	71,2	66,42	0,19	0,03	0,08	0,31
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	94,3	0,1	0,03	0,11	0,98
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	46	4,6	0,38	0,032	0,018	-
	Итого:	320	6,44	4,93	28,98	187,2	165,32	0,67	0,092	0,208	1,29
	2- ЗАВТРАК										
368	Фрукты	100	0,4	0,4	0,8	44	16	2,2	0,03	0,028	10
	ОБЕД										0,3
80	Суп картофельный с крупой	150	1,257	2,016	7,283	52,35	14,085	0,489	0,822	0,048	3,45
261 348	Тефтели рыбные(филе минтая) тушеные с соусом томатным	60/10	5,21	3,2	5,2	7,3	22,5	0,32	0,032	0,036	0,51
321	Картофельное пюре	120	2,67	3,66	17,89	117	32,17	0,95	0,1	0,09	9,31
382	Кисель из сока	150	0,421	0,045	5,181	92,7	11,775	0,279	0,005	0,009	0,824
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,06	36	5,6	0,72	0,046	0,024	
	Хлеб пшеничный	20	2,37	-	14,49	71	6,9	0,6	0,048	0,018	-
	Итого:	630	13,648	9,561	57,904	420,35	109,03	5,558	1,083	0,253	24,394
	ПОЛДНИК										
454	пирожки с капустой	70	4,8	5,2	26,1	147	0	0	0	0	0
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	-	28	8	0,19	0	0	0,02
	Итого:	220	4,84	5,21	26,1	175	8	0,19	0	0	0,02
	всего	1170	24,928	19,701	112,984	782,55	282,35	6,418	1,175	0,461	25,704