

№ рец	Итого	100	1,03	0,45	18,90	86,40	9,00	Витамины (г)	Энергетическая ценность
1	2	3	4	5	6	7	8	С	8
	Итого								
	ОБЕД								
33	Салат из свеклы	50	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75		
85	Суп клецками	200	2,05	3,10	12,58	86,50	5,75		
255	Биточки рыбные запеченные	80	10,64	3,76	7,67	104,00	0,34		
321	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	18,17		
ПР	Хлеб ржаной	50	3,30	0,50	20,10	95,00	0,00		
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,10	0,20	20,10	94,70	0,00		
376	Кампот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,98	101,70	0,36		
	Итого	750	23,26	15,42	110,06	666,10	29,37		
	ПОЛДНИК								
240	Пудинг из творога с яблоками	140	9,05	14,80	20,90	300,00	1,50		
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	1,42		
	Итого	320	12,72	17,99	36,72	406,99	2,92		
	ИТОГО ЗА(6)ДЕНЬ		50,43	53,79	217,75	1601,64	42,53		
	7 День								
	Прием пищи, наименование блюда								
	ЗАВТРАК								
94	Суп молочный с гречневой крупой	200	4,82	5,08	16,84	132,40	0,92		
1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	0,00		
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,41	12,76	84,01	1,17		
	Итого	420	10,08	15,04	44,22	352,41	2,09		
	2 ЗАВТРАК								
368	Фрукты свежие яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,60	9,00		
	Итого	90	0,36	0,36	8,82	39,60	9,00		
	ОБЕД								
б/н	Овощи по сезону	60	0,70	0,10	2,20	14,00	6,00		
57	Борщ с фасолью и картофелем	200	2,84	4,08	11,62	105,40	5,04		
291	запеканка картофельная с мясом	160	11,88	8,78	27,23	236,00	23,00		
ПР	Хлеб ржаной	50	3,30	0,50	20,10	95,00	0,00		
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,10	0,20	20,10	94,70	0,00		
382	Кисель из натурального сока	200	0,58	0,06	30,20	123,60	4,00		