

пром	хлеб ржано-пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4
	В обед		34,81	26,26	137,37	924,9	0,31	15	112,38	297	395	95	8,1
	В 2 день		34,81	26,26	137,37	924,9	0,31	15	112,38	297	395	95	8,1

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15		
54-12м	горячий завтрак														
	плов с курицей	200	27,23	8,09	33,22	314,6	0,08	2	147	77	234	109	2		
54-8з	салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,99	6,05	5,78	81,5	0,01	9	72,91	24	17	9	0,3		
54-1хн	компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	19,78	81	0	0	15	108	4	2	0,1		
пром	хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	49,2	234,4	0,08	0	0	18	57	12	1		
пром	хлеб ржано-пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4		
	В обед		42,89	16,14	147,58	907,1	0,29	11	234,91	253	443	173	6,8		
	В 3 день		42,89	16,14	147,58	907,1	0,29	11	234,91	253	443	173	6,8		

№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15		
54-1з	горячий завтрак														
	сыр твердых сортов в нарезке	15	6,96	8,85	0	107,5	0,01	0	46,8	232	131	9	0,3		
54-6к	каша вязкая молочная пшеничная	200	8,32	10,12	37,64	274,9	0,18	1	41,63	143	186	49	1,3		
54-4гн	чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,14	8,6	50,9	0,01	0	6,9	103	46	10	0,7		
пром	хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	49,2	234,4	0,08	0	0	18	57	12	1		
пром	хлеб ржано-пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4		
пром	груша	150	0,4	0,3	10,3	45,5	0,02	5	2	19	16	12	2,3		
	В обед		31,43	22,41	145,34	908,8	0,42	6	97,33	541	567	133	9		
	В 4 день		31,43	22,41	145,34	908,8	0,42	6	97,33	541	567	133	9		

54-13	сыр твердых сортов в нарезке	15	6,96	8,85	0	107,5	0,01	0	46,8	232	131	9	0,3
54-16к	каша "дружба"	200	5	5,88	24	168,9	0,07	1	27,16	138	124	27	0,5
54-21Гн	какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4	0,04	1	17,25	168	130	34	1,1
пром	хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	49,2	234,4	0,08	0	0	18	57	12	1
пром	хлеб ржано-пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4
пром	апельсин	150	0,9	0,2	8,1	37,8	0,03	24	4,8	30	20	11	0,3
В обед			31,74	20,45	133,4	844,6	0,35	26	96,01	612	593	134	6,6
В 7 день			31,74	20,45	133,4	844,6	0,35	26	96,01	612	593	134	6,6

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
54-28м	жаркое по-домашнему из курицы	200	24,81	6,23	17,59	225,7	0,14	11	32,72	25	216	102	2,2	
54-7з	салат из белокачанной капусты	60	1,51	6,09	6,24	85,7	0,02	14	73,35	36	26	13	0,4	
54-32Хн	компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	2	1,2	58	4	3	0,8	
пром	хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	49,2	234,4	0,08	0	0	18	57	12	1	
пром	хлеб ржано-пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4	
В обед			40,67	14,46	122,56	782,9	0,37	27	107,27	163	434	171	7,8	
В 8 день			40,67	14,46	122,56	782,9	0,37	27	107,27	163	434	171	7,8	

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
54-6з	салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,36	6,6	2,15	73,4	0,02	6	18,31	19	23	8	0,5	
54-4г	каша гречневая рассыпчатая	150	8,22	6,34	35,93	233,7	0,21	0	19,19	46	181	120	4	
54-2м	гуляш из говядины	80	13,59	13,21	3,11	185,6	0,03	1	20,37	45	133	18	1,9	
54-3Гн	чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9	0	1	0,38	66	8	5	0,7	
пром	хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	49,2	234,4	0,08	0	0	18	57	12	1	

пром	хлеб ржано-пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4
	В обед		37,62	28,2	136,6	950,6	0,46	8	58,25	220	533	204	11,5
	В 9 день		37,62	28,2	136,6	950,6	0,46	8	58,25	220	533	204	11,5

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	
54-11з	горячий завтрак	60	0,55	6,1	4,29	74,2	0,02	2	439,74	13	20	13	0,5	
54-11г	салат из моркови и яблок	150	3,07	5,31	19,82	139,4	0,12	10	23,8	39	85	28	1	
54-4м	картофельное пюре	90	13,68	13,04	12,32	221,3	0,05	0	16,59	30	137	19	1,8	
54-2гн	котлета из говядины	200	0,19	0,04	6,42	26,8	0	0	0,3	66	7	4	0,7	
пром	чай с сахаром	40	7,6	0,8	49,2	234,4	0,08	0	0	18	57	12	1	
пром	хлеб пшеничный	30	6,6	1,2	39,6	195,6	0,12	0	0	26	131	41	3,4	
	В обед		31,69	26,49	131,65	891,7	0,39	12	480,43	192	437	117	8,4	
	В 10 день		31,69	26,49	131,65	891,7	0,39	12	480,43	192	437	117	8,4	
	Итого		353,43	219,76	1354,64	8809,6	4	130	1504,53	3421	5018	1449	85	