

День 7 (вторник)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
187, 330.МТ2011	Запеканка рисовая с яблоками с соусом сметанным	150,00	5,88	5,45	26,63	192,92	0,03	1,17	15,47	1,04	54,22	83,46	22,97	0,93
ПР	Хлеб пшеничный	30,00	2,09	0,33	13,80	71,70	0,00	0,00	0,00	0,60	6,90	25,20	9,90	0,60
14.МТ2011	Масло сливочное (порциями)	10,00	0,10	7,20	0,13	66,00	0,00	0,00	45,00	0,11	2,40	3,00	0,00	0,02
382.МТ2011	Какао с молоком	200,00	4,08	3,00	17,58	118,60	0,06	1,59	26,66	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48
	Итого	390,00	12,15	15,98	58,14	449,22	0,09	2,76	87,13	1,75	215,74	236,22	54,21	2,03



День 7 (вторник)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1, мг	С, мг	А, мкг рет.экв.	Е, мг	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Обед													
20.МТ2011	Салат из свежих огурцов с р/м	60,00	0,40	3,65	1,09	38,79	0,02	3,99	0,00	1,64	9,69	17,17	7,98	0,29
96.МТ2011	Рассольник ленинградский	200,00	2,08	2,00	13,58	80,64	0,08	6,00	0,00	1,92	30,80	167,00	25,40	0,80
232.МТ2011	Рыба запеченая с картофелем порусски	200,00	17,25	15,00	7,00	256,00	0,07	0,25	111,25	4,25	195,25	304,25	38,75	1,25
349.МТ2011	Компот из сухофруктов	200,00	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,80	0,00	0,20	5,84	46,00	33,00	0,96
ПР	Хлеб пшеничный	20,00	1,39	0,22	9,20	47,80	0,00	0,00	0,00	0,40	4,60	16,80	6,60	0,40
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30,00	1,96	0,33	13,82	68,97	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	Итого	710,00	24,24	21,50	91,95	688,58	0,22	11,04	111,25	8,68	253,08	583,02	119,23	4,63

