

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
							B ₁	B ₂	A	C	Ca	P	Mg	Fe
			Б	Ж	У									
День №3 - Среда Неделя первая														
56	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	100	2,73	7,18	14,54	133,0	0,04	0,04	-	4,67	90,93	55,80	18,1	0,74
79	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	13,96	94,0	0,1	0,06	-	6,6	23,36	54,06	21,82	0,90
116	Каша из гречневой крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,3	101,9	40	0,60
157	Рыба припущенная с соусе № 717	100	19,98	2,62	2,44	114,0	0,14	0,14	22,2	0,64	60,6	301,7	68,8	1,02
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,3	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	700	33,60	22,11	92,53	708,0	0,520	0,38	14,6	11,9	218,0	572,0	168,2	4,53
День №4 - Четверг Неделя первая														
102	Суп картофельный с горохом	200	5,74	0,7	18,9	104,8	0,072	0,04	-	6,6	21,36	44,78	18,22	0,7
116	Плов из птцы	150	12,71	7,85	26,80	229,00	0,08	0,1	14,6	4,52	34,8	131,5	40,5	1,48
271	Соки фруктовые и ягодные	200	1	-	20,2	75,60	0,02	0,02	-	4	14,0	14,0	8,0	2,80
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,2	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,00	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	610	23,73	9,17	95,10	548,9	0,232	0,22	14,6	15,1	83,9	246,3	85,0	6,04

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энерг. ценност (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)				
			Б	Ж		У	B ₁	B ₂	A	C	C _a	P	Mg	Fe

День: №5 - Пятница Неделя первая

101	Суп картофельный из гречневой крупы	200	2,0	2,17	13,4	81,04	0,07	0,04		6,6	21,36	44,8	18,20	0,70
54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	2,1	12,00	0,012	0,012	-	6,3	6,0	21	9,0	0,48	0,60
91	Картофельное пюре с соусом № 717	150/20	3,10	9,17	17,98	172,92	0,14	0,11		17,80	41,70	87,0	27,40	1,03
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,20	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,20	5,00	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	680	10,11	14,24	81,6	433,47	0,28	0,2	6,3	30,4	107,9	199,3	65,58	3,60

День: №6 - Понедельник Неделя вторая

101	Суп картофельный из рисовой крупы	200	1,6	2,17	9,7	68,64	0,07	0,04		6,6	21,36	30,8	8,54	0,52
202	Макаронные изделия отварные с соусом № 717	150/20	5,46	30,5	195,7	0,060	0,028	-	-	12,14	37,57	8,14	0,81	0,84
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,20	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,20	5,00	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	620	11,38	33,42	243,66	248,20	0,16	0,10	0,0	18,77	82,7	97,4	28,85	2,63

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценност (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)				
						B ₁	B ₂	A	C	C _a	P	Mg	Fe	
		Б	Ж	У										
День: №7 - Вторник Неделя вторая														
56	Икра кабачковая (пром.пр-ва)	60	1,63	4,31	8,7	80,00	0,020	0,02	-	2,80	54,56	33,5	10,90	0,44
113	Суп-лапша "Домашняя"	200	2,05	4,43	9,3	92,60	0,04	0,028	10,0	0,4	22,84	30,8	8,54	0,52
116	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,30	101,9	40	0,60
290	Птица тушенная в соусе № 717	100	11,65	11,66	3,51	166,0	0,04	0,09	30,1	0,7	40,67	79	16,19	0,70
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,20	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,20	5,00	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	760	24,06	30,43	83,1	705,55	0,34	0,28	24,6	3,93	161,2	303,7	95,1	3,53
День: №8 - Среда Неделя вторая														
95	Суп с рыбными консервами	200	6,89	6,72	11,47	133,8	0,08	-	12,0	7,29	36,24	141,22	37,88	0,01
116	Каша вязкая из гречневой крупы с соусом № 717	150/20	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7		19,3	101,9	40	0,60
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-	0,03	10,0	2,5	1,30	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-	-	9,2	34,8	13,20	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,20	5,00	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	620	15,62	16,75	73,1	500,8	0,32	0,14	48,7	7,3	79,3	301,62	97,4	1,88

№ реп.	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
							B ₁	B ₂	A	C	C _a	P	Mg	Fe
			Б	Ж	У									
День № 9 - Четверг Неделя вторая														
74	Суп картофельный с пшенной крупой	200	1,98	2,71	12,11	85,8	0,09	0,06			8,25	26,7		0,88
116	Плов из птицы	150	12,71	7,85	26,80	229,00	0,08	0,1	14,6		4,52	34,8	131,5	1,48
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-		0,03	10,0	2,5	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-		-	9,2	34,8	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-		-	4,6	21,2	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	600	19,03	11,36	77,17	494,30	0,23	0,22	14,6		12,80	85,3	190	3,63
День № 10 - Пятница Неделя вторая														
53/54	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,00	0,012	0,012	-		6,3	6,0	21	0,48
102	Суп картофельный с горохом	200	5,74	0,70	18,90	104,8	0,04	-	6,6		21,36	44,78	18,22	2,10
	Каша вязкая из пшеничной													
116	крупы с соусом № 717	150/20	4,39	9,23	23,33	187,5	0,18	0,08	36,7			19,30	101,9	0,60
261	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	-	-	-		0,03	10,0	2,5	0,21
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	0,04	-		-	9,2	34,8	0,44
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-		-	4,6	21,2	0,62
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	680	15,14	10,79	82,59	483,8	0,29	0,15	113,3		27,69	93,9	199,6	4,45
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	666	188,51	149,80	1018,27	7152,40	2,92	2,12	313,50		146,01	1075,75	2553,49	39,23