

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Выход д блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества						Минеральные вещества					
		Б	Ж	У	Са	Мg	P	Fe	A	E	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>ЗАВТРАК</b>																			
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным №311	200/5	7,27	8,99	33,70	245,00	125,35	42,77	160,43	1,14	0,06	0,27	0,15	0,14	0,21					
Булочка сдобная № 84, с5, 2002 г.	50	3,70	3,80	23,90	145,00	12,18	5,17	34,93	0,43	0,01	0,54	0,03	0,03	0,01					
Молоко кипяченое №697	200	5,75	6,50	9,00	116,00	222,82	25,70	165,21	0,18	0,04	0,21	0,06	0,25	1,10					
Хлеб витаминизированный	40	3,10	0,39	18,92	93,60	9,02	12,94	34,10	0,78	0,00	0,52	0,06	0,00	0,02					
Яблоки свежие	200	0,80	0,80	19,60	90,00	32,00	18,00	22,00	0,40	0,00	0,40	0,06	0,04	20,00					
ИТОГО за прием		20,62	20,48	105,12	689,60	401,36	104,58	416,67	1,79	0,11	1,17	0,37	0,46	21,34					
<b>ОБЕД</b>																			
Салат картофельный с зеленым горошком №52	80	2,60	8,00	7,40	113,00	12,59	14,64	53,13	0,62	0,01	3,66	0,07	0,07	2,53					
Рассольник ленинградский со сметаной №132	260	2,40	5,70	15,70	126,00	23,14	23,19	68,40	0,87	0,03	0,29	0,08	0,07	6,71					
Рыба запеченная с яйцом №382	80/30	19,70	12,10	3,80	203,00	14,00	16,54	135,08	0,47	0,01	0,00	0,11	0,10	0,22					
Рагу из овощей №224	150	2,90	7,50	13,10	131,00	37,49	33,70	72,10	1,14	0,01	2,88	0,09	0,07	10,60					
Компот из смеси сухофруктов № 639	200	2,44	0,13	41,40	171,00	70,93	45,68	63,51	1,44	0,00	2,75	0,04	0,08	0,80					
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	88,00	17,50	23,50	79,00	1,95	0,00	0,70	0,09	0,04	0,00					
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,20	119,00	11,50	16,50	43,50	1,00	0,00	0,65	0,08	0,03	0,00					
ИТОГО за прием		37,29	34,53	122,30	833,00	137,15	173,75	514,72	4,39	0,05	4,98	0,55	0,46	20,86					
ИТОГО		57,91	55,01	227,42	1527,60	588,51	178,32	931,39	6,19	0,17	6,15	0,92	0,92	42,21					