Утверждаю
Руководитель _____ Макарова С.И.
(подпись) (расшифровка подписи)

17.05.2021год

завтрак

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
539	Каша гречневая молочная	150	3,38	3,26	24,4	140,46	0,09	0	0	0,1	17,9	73,54	107,9	1,1
1203	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56,8	0	0	0	0	4,95	4,4	8	0,8
27	Масло сливочное	10	0	8,2	0,1	74,2	0	0	0,06	0,1	1	0	2	0
28	Сыр	15	3,48	4,43	0	53,79	0,007	0,11	0,04	0,08	132,1	5,33	75,3	0,17
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,89	58,72	0,02	0	0	0,42	8,7	1,24	45	0,68
			9,04	16,25	50,39	383,97	0,117	0,11	0,1	0,7	164,65	84,51	238,2	2,75

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
61	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,37	0,012	0,52	0	0,71	21,09	10,8	12,54	0,8
316	Суп крестьянский с крупой	200	1,84	4,23	13	97,43	0,03	1,6	0	0,64	45,6	34,2	160	0,08
736	Бефстроганов	40/40	12,04	10,04	4,7	157,32	0,01	2,64	0,02	0,02	30,4	20	144	0,15
440	Капуста тушеная	150	2,78	6,48	13	121,44	0,05	25,6	0	1,5	87	33,2	60	1,2
1113	Компот из смеси сухофруктов (С-витам.)	200	0,04	0	24,76	99,2	0,02	1,8	0	0,2	41,1	2,4	29,2	0,68
912	Банан	200	3.0	1.0	42.00	192.00	0	20.00	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	3,5	0,52	20,23	99,6	0,04	0	0	0,64	10,7	2,64	51,4	0,8
			24.06	26.42	143.71	819.36	0,162	52.16	0,02	3,71	235,89	103,2	457,1	3,71