

№ блю- да по ТК	№ рец.*	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Белки		Жиры		Углевод- ы			В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	общие	в т.ч. живот- ные	общие	в т.ч. растите- льные	ы	11	12	13	15	16	17	18			
		ПОНЕДЕЛЬНИК		5	6	7	8	9	10									
		Фрукт	120	2,14		7,50	7,50	7,86	120,00	0,03	19,00	0,00	37,00	10	0,5	0,5		
	272	Суп-пюре с гречками	250/30	12,32	7,80	4,60	3,20	21,30	220,30	0,11	0,84	0,01	48,99	75,20	33,41	1,10		
37	324	Котлета рыбная	100	13,70	0,50	11,81	0,00	8,99	194,00	0,08	0,45	0,01	168,00	153,00	18,0	1,2		
44	405	Рис отварной	200	4,80	2,10	6,40	6,40	48,88	272,00	0,04	0,02	0,05	30,90	48,80	21,30	0,92		
		Огурец свежий	30	0,70	0,00	2,50	2,50	4,60	44,00	0,02	13,25	30,00	38,33	27,50	12,50	0,65		
2	696/1	Ватрушка с творогом	75	9,20	4,60	4,80	4,80	32,50	212,00	0,10	0,00	0,00	29,00	41,00	13,00	0,20		
19	81	Напиток витаминный	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	75,00	0,60	29,88	0,50	20,00	34,00	10,10	0,01		
7		Хлеб витаминизированный	50	7,20	0,00	0,96	0,40	43,20	137,50	0,00	0,55	0,00	10,00	7,00	0,45	32,50		
				50,06	15,00	38,57	24,80	185,33	1274,80	0,98	63,99	30,57	382,22	396,50	109,26	37,08		
		ВТОРНИК																
37	1	Салат из моркови с изюмом	100	1,20	0,00	0,07	0,04	31,25	132,00	0,03	5,00	0,15	13,70	19,60	8,30	0,80		
67	197	Щи со свежей капустой, картофелем	250	2,60	1,10	7,85	4,09	8,65	116,00	0,09	30,50	0,03	37,10	63,90	27,00	0,77		
33	ТТК	Гуляш из филе цыпленка	100/100	18,70	3,40	15,30	0,00	0,24	260,00	1,40	0,75	2,40	7,80	36,40	12,00	0,06		
25	405	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,80	2,80	5,80	1,30	34,00	213,60	0,18	0,00	0,03	15,27	21,30	130,60	4,51		
63	102	Коржик молочный	75	4,80	4,80	8,50	5,40	48,40	288,00	0,12	4,20	0,00	100,90	48,00	12,15	2,30		
19	81	Напиток "Золтой Шар"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	75,00	0,60	29,88	0,50	20,00	34,00	10,10	0,01		
7		Хлеб витаминизированный	50	7,20	0,00	0,96	0,40	43,20	137,50	0,00	0,55	0,00	10,00	7,00	0,45	32,50		
				37,22	16,50	33,66	23,90	183,26	1129,00	0,59	29,79	0,52	199,58	320,10	119,77	36,78		

[illegible]

ОБЕД. Возрастная категория 12 лет и старше																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

		ЧЕТВЕРГ																	
	ТТК	Яблоко	180	1,35	0,00	0,00	0,00	0,00	31,50	57,00	0,02	46,66	0,00	46,70	70,00	26,24	17,50		
67	197	Щи из св.капусты с картофелем	250	1,80	0,00	8,30	5,60	9,90	121,50	0,06	10,00	0,02	59,14	97,20	24,90	0,88			
61	632	Гуляш из говядины	90/75	24,40	12,00	11,30	0,00	7,00	228,00	0,06	0,01	0,01	27,00	42,00	27,00	1,65			
25	405	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,70	2,80	7,80	1,30	42,60	334,00	0,18	0,00	0,03	15,27	21,30	130,60	4,51			
62	1009	Чай с/с	200,0	0,20	0,00	0,10	0,00	15,10	58,00	0,04	0,00	0,00	0,90	0,90	0,90	0,18			
7		Хлеб витаминизированный	50	7,20	0,00	0,96	0,40	43,20	137,50	0,00	0,55	0,00	10,00	7,00	0,45	32,50			
				43,65	14,80	28,46	7,30	149,30	936,00	0,36	57,22	0,06	159,01	238,40	210,09	57,22			
		ПЯТНИЦА																	
49	ТТК	Салат "Бурячок"	100	0,52	0,00	7,53	3,70	2,88	82,00	0,01	34,88	0,01	27,26	7,42	0,50	0,30			
	272	Суп пюре из бобовых	250	11,90	1,10	4,60	4,09	21,30	174,00	0,09	30,50	0,03	37,10	63,90	27,00	0,77			
36	517	Горбуша припущеная с овощами, маслом	115	22,38	6,30	14,94	2,40	0,06	224,00	0,07	0,60	0,40	125,00	177,00	21,00	0,77			
44	405	Рис отварной	200	4,80	2,10	6,40	6,40	48,88	272,00	0,04	0,02	0,05	30,90	48,80	21,30	0,92			
698	ТТК	Устрица с маком	100	8,10	0,00	3,10	3,10	52,60	275,00	0,20	0,00	0,00	38,00	57,00	26,00	0,30			
19	81	Напиток "Золтой Шар"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00	75,00	0,60	29,88	0,50	20,00	34,00	10,10	0,01			
7		Хлеб витаминизированный	50	7,20	0,00	0,96	0,40	43,20	137,50	0,00	0,55	0,00	10,00	7,00	0,45	32,50			