

№ реп.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг					Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	
2 день														

Обед

29	Суп гороховый с курицей	245,00	3,19	3,24	8,86	120,50	30,46	28,20	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00		
10	Макароны с маслом	150,00	5,52	4,52	26,45	132,50	4,86	21,11	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00		
	Масло сливочное	5,00	0,05	4,00	0,75	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50		
2	Котлета	65,00	7,78	5,78	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38		
26	Салат свекольный	64,00	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00		
	Хлеб	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00		
	Яблоко	50,00	0,20	0,20	4,90	23,50	5,00	0,00	75,80	2,20	0,03	10,00	0,00		
16	Какао	200,00	4,50	3,79	24,50	132,87	113,00	0,00	0,00	0,90	0,04	1,20	-		
40	Соус томатный	25	1,2	0,98	4,2	6,8	41,22	8,6	-	0,96	0,02	6,8	2,2		
Итого на 1 день:		29,06	26,86	111,76	786,63	244,31	77,15	321,98	9,74	0,49	28,43	67,08			

Завтрак

9	Каша гречневая расщипчатая с маслом	150,00	7,46	5,61	35,80	123,25	12,98	67,50	208,50	3,95	0,18	0,00	0,02		
	Масло сливочное	4,00	0,05	4,00	0,75	28,00	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50		
7	Тертая	65,00	7,78	7,21	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38		
24	Салат из зеленого горошка	65,00	2,98	2,38	15,85	83,60	21,45	20,80	59,95	0,68	0,11	11,00	0,68		
	Сок с мякотью	200,00	1,01	0,00	17,30	76,00	5,00	0,00	0,00	0,20	0,00	4,00	0,00		
	Хлеб	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00		
	Бананы	100,00	1,50	0,10	21,80	65,00	0,10	0,42	0,28	0,60	0,04	0,10	0,20		
Итого 1 день :		26,54	20,00	128,58	652,47	68,21	95,42	383,42	7,58	0,48	15,18	44,78			