

День: четверг

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2			Энерге- тическая	Возраст: 11 и старше			
			Пищевые вещества (г)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	12	13	14	15
Завтрак 1										
№243 с6 2017г	Сосиска отварная	60	7.00	14.00	0.20	175.76	31.00	97.00	13.00	1.00
№160 с6 2007	Икра из свеклы	60	2.00	3.00	9.00	69.20	24.00	38.00	20.00	1.00
№304 с6.2017	Каша пшенная	150	6.00	8.00	36.00	232.80	15.00	127.00	45.00	1.00
№13105 с6 2017	Хлеб 1	40	3.80	2.36	23.55	137.33	11.00	37.00	14.50	0.69
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	215	0.10	0.00	15.00	57.70	12.00	4.00	4.00	0.00
		525								
Итого за Завтрак 1			18.90	27.36	83.75	672.79	93.00	303.00	96.50	3.69
Обед										
№162 с6 2017	Суп картофельный с горохом	225	8.00	8.00	21.00	183.80	16.00	32.00	8.00	
№499.02 с6 2017	Котлета рубленая из птицы 3	60	15.00	14.00	14.00	239.20	17.00	13.00	19.00	1.00
№165 с6 2017	Рис отварной	120	10.00	10.00	35.00	263.00	7.20	66.00	21.60	0.00
№64 с6 2017	Салат из свежей капусты	30	1.00	2.00	3.00	33.40	4.00	13.00	4.00	0.00
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	235	0.10	0.00	15.00	57.70	12.00	4.00	4.00	0.00
№13105 с6 2017	Хлеб 1	45	3.80	2.36	23.55	137.33	7.00	40.00	11.00	1.00
		715								
Итого за Обед										
Итого за день			37.90	36.36	111.55	914.43	63.20	168.00	67.60	2.00
Рацион: меню ОВЗ			56.80	63.72	195.30	1587.22	156.20	471.00	164.10	5.69
День: пятница										

День: пятница

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2			Энерге- тическая ценность (ккал)	Возраст: 11 и старше			
			Пищевые вещества (г)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	12	13	14	15
Завтрак 1										
№13034 с6 2017	Сыр	20	5.00	5.00	0.00	65.00	200.00	0.00	9.00	0.00
№239 с6 2017	Тефтели рыбные 2	50	8.00	7.00	8.00	125.40	20.00	28.00	8.00	1.00
№312.02 с6 2017	Пюре картофельное 2	175	9.00	12.00	33.00	269.40	41.00	96.00	33.00	1.00
№13105 с6 2017	Хлеб 1	40	3.80	2.36	23.55	137.33	11.00	37.00	14.50	0.69
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	215	0.10	0.00	15.00	57.70	12.00	4.00	4.00	0.00
		500								
Итого за Завтрак 1			25,90	26,36	79,55	654,83	284,00	165,00	68,50	2,69
2 015	Суп картофельный с крупой	230	8.00	8.00	26.00	202.80	29.00	68.00	24.00	1.00
№466.01 с6 2017	Котлета из говядины/свинины	60	14.00	15.00	14.00	244.20	15.00	106.00	19.00	2.00
№514.01с6 2017	Каша гречневая вязкая	110	20.00	15.00	18.00	283.40	4.00	2.00	0.00	0.00
№13049 с6 2017	овощи по сезону (огурец соленый)	20	4.00	0.00	0.80	19.04	4.00	4.00	3.00	0.00
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	235	0.10	0.00	15.00	57.70	5.00	8.00	4.00	1.00
№13105 с6 2017	Хлеб 1	45	3.80	2.36	23.55	137.33	7.00	40.00	11.00	1.00
		700								
Итого за Обед			49.90	40.36	97.35	944.47	64.00	228.00	61.00	5.00
Итого за день			75.80	66.72	176.90	1599.30	348.00	393.00	129.50	7.69