

№ рецептуры	День 1 Наименование блюда Возраст 6.6-10 лет. 1 неделя.	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe	
Завтрак																				
11/2003	Морковь с сахаром	100	2.5	0.08	11.90	58.32	0.11	5	0	0.02	1.1	0.04	29.4	48.9	0.01	192	0	21.88	0.85	
516/2004	Макаронные изделия отварные с сыром	180	11.25	15.5	34.25	321.5	0.075	6.18	0	0.3	0.9	0.097	113	102.9	0	55.05	0	15.98	0.95	
685/2004	Чай с сахаром	200	0.4	0.02	17	69.78	0.02	0.8	20	0	0	0.16	125.78	90	0.01	16	0	12	0.13	
гост	Хлеб пшеничный.	20	1.77	0.16	9.84	47.88	0.035	0	0	0	0.3	0	4.6	17.4	0.01	34.89	0	6.6	0.4	
Итого за завтрак			500	15.92	15.76	72.99	497.48	0.24	11.98	20	0.32	2.3	0.297	272.78	259.2	0.03	297.9	0	56.46	2.33
Обед																				
272/1983	Суп-пюре из бобовых	250	5.5	4.7	24	160.3	0.22	5.8	0	0.05	2.1	0.06	39.14	90.48	0.01	208.3	0	35.7	1.64	
487/2004	Птица отварная (с соусом)	90	12.2	14.8	5.31	203.24	0.1	1.58	28.8	0	0.38	0.08	136.2	91.3	0	118.6	0	13.04	0.6	
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	6.3	7.8	31.35	220.8	0.02	12.4	0	0.09	0.3	0.28	117	80	0.01	26.4	0	8.8	0.2	
639/2004	Компот из смеси сухофруктов	200	0.66	0.09	32	131.45	0.02	0.72	0	0.2	0.18	0	32.5	15.4	0.01	13	0	8	0.9	
гост	Хлеб ржаной.	20	1.32	0.24	7.92	39.12	0.035	0	0	0.35	0.04	0	5.8	30	0	2	0	9.6	0.5	
Итого за обед			710	25.98	27.63	100.58	754.91	0.395	20.5	28.8	0.69	3	0.42	330.64	307.2	0.03	368.3	0	75.14	3.84
Всего за день				41.9	43.39	173.57	1252.39	0.635	32.48	48.8	1.01	5.3	0.717	603.42	566.4	0.06	666.2	0	131.6	6.17