

№ рецептуры	День 5. Наименование блюда. Возраст 6.6-10 лет.2 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	
<b>Завтрак</b>																				
ТТК/2021	Каша молочная "Подружки"	250	8.92	10.6	43.8	306.28	0.1	0	20	0	0.3	0	26	53	0	130	0	27	0.34	
15/2015	Сыр твердый (порциями)	20	4.1	5.17	0	62.9	0.01	0.14	52	0.04	0.26	0.06	149.3	90	0	17.6	0	7	0.2	
686/2004	Чай с лимоном	210	0.5	0	15.3	63	0.06	11.3	0.2	0.4	0.1	0.11	2.4	0	0	25	0	0.8	0.2	
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	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>500</b>	<b>15.29</b>	<b>15.9</b>	<b>68.94</b>	<b>480.06</b>	<b>0.205</b>	<b>11.44</b>	<b>72.2</b>	<b>0.44</b>	<b>0.96</b>	<b>0.17</b>	<b>182.3</b>	<b>160.4</b>	<b>0.01</b>	<b>207.5</b>	<b>0</b>	<b>41.4</b>	<b>1.14</b>
<b>Обед</b>																				
134/2004	Суп крестьянский с крупой (со сметаной)	255	1.59	3.94	15.9	105.42	0.04	5	0	0.21	1.9	0	61	98	0.015	208.1	0	32	0.8	
668/1983	Тефтели мясные в соусе	90	13.7	13.9	17.5	249.9	0.2	0	40	0.25	0.8	0	132	115.5	0.01	64	0	21	0.5	
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	
631/2004	Компот из свежих плодов(яблок)	200	0.21	0.21	27.9	114	0.01	4	0	0	0	0.4	14.86	7.4	0	60	0	4.32	0.7	
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	
<b>Итого за обед</b>			<b>715</b>	<b>23.12</b>	<b>26.1</b>	<b>100.57</b>	<b>729.24</b>	<b>0.305</b>	<b>21.4</b>	<b>40</b>	<b>0.9</b>	<b>3.04</b>	<b>0.68</b>	<b>330.66</b>	<b>330.9</b>	<b>0.035</b>	<b>360.5</b>	<b>0</b>	<b>75.72</b>	<b>2.7</b>
<b>Всего за день</b>			<b>38.41</b>	<b>42</b>	<b>169.51</b>	<b>1209.3</b>	<b>0.51</b>	<b>32.84</b>	<b>112</b>	<b>1.34</b>	<b>4</b>	<b>0.85</b>	<b>512.96</b>	<b>491.3</b>	<b>0.045</b>	<b>568</b>	<b>0</b>	<b>117.1</b>	<b>3.84</b>	