

8 ДЕНЬ

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Мg	Fe
397 2010	Завтрак Котлеты рубл из птицы	80	9	13,92	7,89	196	0,04	64	0,26	56	105,9	15,4	1,01
42 2005	Сыр рассольный перп.	10	2,32	2,95		36,4	0	26	0,07	88	50	3,5	0,1
417 2005	Макарона отварные с овошами	170	19,58	1,18	63,12	145,03	0,01	0,05	3,46	54,39	0,34	12,88	0,03
1205 2002	Хлеб ржаной чай с молоком	20 200	1,32 1,6	0,24 1,5	6,68 12,4	34,8 86	0,01		0,6	67,4	45,2	8,62	0,08
41 2005	Масло слив. порц.	5		4,1	0,05	37,5		29,5		0,5	1		
№ ре- цента	ИТОГО: Наименование блюд	Масса	34,52	23,89	117,54	535,73							
	Обед		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
	Салат из свежей капусты	100	1,41	5,08	9,02		87,4	0,03		32,45	37,37	27,61	15,16
206 2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23		5,81	38,08	87,18	35,3	2,03
244 2015	Плов с мясом	175	9,59	22,94	39,33	380,68		0,01	0,36	8,38			
859 2005	Компот из плодов свежих	200	0,2	0,2	22,3	110	0,26	0,1	20,3	14,72	4,4	5,4	0,9
1350- 2005	Чурек	30	3,84	0,47	23,65	85,63	0,05			7,47	43,47	8,28	0,63
	ИТОГО:		20,53	33,97	110,61	798,46							
	Итого 8 день		55,05	57,86	228,15	1334,19							