

ДЕНЬ 5

№ реп епт ур	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества, г			Энерге тическая ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe

Завтрак

726	Оладьи со сметаной	150/20	8,1	12,5	47,4	342	0,38	1,08	0,12	2,54	141,0	223,4	31,3	1,08
693	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190	0,04	1,3	0,01	-	122,0	90,0	14,0	0,56
96	Масло сливочное	10	0,01	8,3	0,06	77	-	-	0,05	0,1	2,4	3,0	0,05	0,02
1	Хлеб пшеничный (йод 5 м/г)	25	1,9	1,03	12,38	72	0,13	-	-	0,5	5,75	21,0	8,25	-
628	Груша свежая	100	0,3	-	8,6	38	0,02	5,0	0,01	0,36	19,0	16,0	12,0	2,3
			15,2	26,8	100,9	719	0,57	7,38	0,19	3,5	290,2	353,4	65,6	3,96

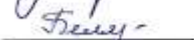
Обед

101	Зеленый горошек	60	1,8	2,34	3,8	43	0,07	15,0	-	-	-	50,1	12,6	0,42
147	Суп вермишелевый с цыпленком	12,5/250	4,5	6,4	15,8	135	0,03	-	-	-	15,3	87,1	8,91	0,30
451	Шницели мясные	90	14,31	17,1	14,4	235	0,09	0,14	0,03	0,77	39,3	149,8	28,9	1,35
541	Рагу овощное	150	3,5	7,65	16,1	146	0,09	40,2	0,17	2,1	36,6	49,2	23,7	0,9
638	Компот из кураги	200	1,2	-	31,6	126	0,02	1,0	-	-	40,2	36,5	26,25	0,83
1	Хлеб ржаной	70	4,62	0,78	28,7	140	0,28	-	-	-	26,6	109,2	34,3	1,82
			29,9	34,3	110,4	825	0,58	56,3	0,2	2,87	158,0	481,9	134,7	5,62

Директор:



Зав. производством:



Калькулятор:

