

## ДЕНЬ 8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe

### Завтрак

358	Сырники из творога со сметаной	150/20	23,1	20,6	28,65	398	0,11	0,49	0,1	-	257,8	355,7	40,6	1,17
693	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190	0,04	1,3	0,01	-	122	90,0	14,0	0,56
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	Яблоко свежее	100	0,3	-	8,6	40	0,03	10,0	0,03	0,6	16,0	11,0	9,0	2,2
			<b>30,2</b>	<b>26,6</b>	<b>82,1</b>	<b>700</b>	<b>0,31</b>	<b>11,8</b>	<b>0,14</b>	<b>1,1</b>	<b>401,6</b>	<b>477,7</b>	<b>71,85</b>	<b>3,93</b>

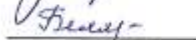
### Обед

табл	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	13	0,03	15,0	0,09	0,24	8,4	14,4	12,0	0,54
133	Суп картофельный с рыбой (минтай)	25/250	7,65	3,2	20,5	143	0,18	12,7	0,01	1,3	41,7	171,6	52,8	1,5
467	Биточки по-белорусски	90	14,1	12,2	1,17	170	0,06	0,08	0,01	-	27,5	135,0	20,8	2,16
534	Капуста тушеная	150	3,75	6,9	16,1	141	0,23	31,5	0,03	2,3	22,0	119,6	44,0	1,73
648	Кисель	200	-	-	30,6	118	-	-	-	-	0,24	-	-	0,03
1	Хлеб ржаной	70	4,62	0,78	28,7	140	0,28	-	-	-	26,6	109,2	34,3	1,82
			<b>30,8</b>	<b>23,2</b>	<b>99,4</b>	<b>725</b>	<b>0,78</b>	<b>59,3</b>	<b>0,14</b>	<b>3,84</b>	<b>126,4</b>	<b>549,8</b>	<b>163,9</b>	<b>7,78</b>

Директор:



Зав. производством:



Калькулятор:

