|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  Рец. | Прием пищи  Наименование блюда | Масса порции | Пищ. | веще | ства (г) | Энергетическая  Ценность (ККАЛ) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
| В1 | С | А | Е | Са | Р | Мg | Fe |
| Б | Ж | У |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| 160 | Суп молочный вермишелевый | 200 | 4,4 | 3,92 | 10,4 | 278,32 | 0,06 | 0,65 | 0,04 | 0,24 | 126,8 | 152,0 | 24,6 | 0,25 |
| 692 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,24 | 2,1 | 25,03 | 118,8 | 0,02 | 0,45 | 0,08 | 0,05 | 69,2 | 168,0 | 6,0 | 0,35 |
| 8 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,07 | 10,7 | 20,9 | 107,2 | 0,13 | 0 | 0 | 0,34 | 0,01 | 35,1 | 14,1 | 1,05 |
| 96 | Масло сливочное | 5 | 0,005 | 4,15 | 0,03 | 38,5 | 0,0005 | 0,00 | 0,2 | 0,05 | 1,2 | 1,5 | 0,2 | 0,1 |
|  | Итого на завтрак: |  | 9,71 | 20,87 | 56,36 | 542,82 | 0,093 | 1,1 | 0,32 | 0,68 | 197,21 | 356,6 | 44,9 | 1,75 |
|  | Обед: |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 101 | Суп крестьянский | 250 | 2,18 | 2,84 | 14,29 | 91,5 | 0,11 | 8,25 | 0,00 | 0,00 | 24,0 | 66,7 | 26,65 | 0,96 |
| 511 | Рис отварной | 100 | 2,38 | 3,92 | 1,17 | 112,3 | 0,015 | 0,00 | 0,025 | 0,58 | 3,42 | 150,0 | 18,02 | 0,33 |
| 66 | Котлета рыбная | 70 | 7,34 | 2,45 | 7,88 | 81,04 | 0,07 | 0,27 | 0,0 | 0,0 | 39,7 | 0,0 | 0,0 | 0,586 |
| Т.Т.К | Сок | 200 | 1,2 | 0,0 | 21,6 | 126,0 | 0,02 | 8,0 | 0,02 | 0,8 | 20,0 | 18,0 | 10,0 | 0,2 |
| ПР | Хлеб ржаной | 60 | 2,52 | 0,5 | 26,09 | 159,8 | 0,02 | 1,13 | 0,00 | 0,52 | 10,4 | 30,9 | 1,13 | 0,14 |
| 338 | Яблоко | 139 | 5.56 | 5,56 | 13,62 | 65,33 | 0,04 | 13,9 | 0,0 | 0,0 | 13,9 | 105,36 | 0,0 | 3,058 |
|  | Итого за обед |  | 21,18 | 15,27 | 84,65 | 635,97 | 0,275 | 31,55 | 0,045 | 1,9 | 111,42 | 370,96 | 55,08 | 5,274 |
|  | Итого за девятый день |  | 30,89 | 36,14 | 141,01 | 1178,79 | 0,368 | 32,65 | 0,365 | 2,58 | 308,63 | 727,56 | 100,7 | 7,24 |