



Меню

03 июня 2021

День 3 (четверг)		Масса порций	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал.	Витамины, мг					Минеральные вещества					
	Завтрак			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	Цинк	Йод
43	Салат из (белокачанной капусты)	80,00	3,00	1,05	0,19	3,64	20,48	0,06	0,03	16,76	0,00	0,67	13,41	24,90	19,15	0,86	0,14	0,00
386	Рыба запеченная с молочным соусом	110,00	30,20	7,73	8,69	10,70	151,93	0,06	0,08	2,83	0,41	0,00	69,12	90,78	19,96	0,51	0,68	0,10
520	Картофельное пюре	150,00	8,00	3,46	5,42	23,05	154,86	0,16	0,12	20,45	0,00	0,20	41,70	97,75	31,36	1,14	0,64	0,00
686	Чай с лимоном	200,00	1,40	0,13	0,02	10,25	41,68	0,00	0,00	2,83	0,00	0,05	14,05	4,40	2,40	0,38	0,02	0,00
	Хлеб ржаной йодированный	25,00	2,40	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,09	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23	0,30	0,02
	Яблоки	100,00	8,00	0,50	0,50	12,83	57,82	0,04	0,02	5,00	0,00	0,33	25,00	18,33	14,17	0,50	0,09	0,00
	Итого	665,00	53,00	14,53	15,12	70,93	477,97	0,45	0,34	48,05	0,41	1,38	195,21	290,84	104,54	4,62	1,87	0,12
	Обед																	
	Огурцы свежие	60,00	3,80	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	2,94	0,00	0,00	10,20	18,00	8,40	0,30	0,12	0,00
151	Суп рисовый с мясом	250	4,00	2,02	5,09	11,98	101,81	0,09	0,06	8,38	0,00	0,50	29,15	56,73	24,18	0,93	0,47	0,05
494	Птица запеченная	90	16,00	19,30	16,00	0,06	221,44	0,06	0,13	2,08	0,90	0,30	43,65	149,58	19,25	1,71	0,00	0
540	Рагу из овощей	150	16,00	2,19	13,61	10,65	173,85	0,07	0,07	15,49	0,57	0,00	46,00	55,71	20,13	0,74	0,35	0,02
	Компот из фруктов	200	1,50	0,12	0,10	27,50	111,38	0,01	0,01	2,07	0,00	0,00	16,20	7,20	7,51	0,89	0,07	0,01
	Хлеб пшеничный	40	2,10	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0
	Хлеб ржаной йодированный	20	2,40	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,07	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98	0,00	0,2
	Печенье	30	11,20	2,18	11,34	22,96	202,62	0,04	0,06	0,00	0,28	3,47	10,14	37,59	7,69	0,64	0,00	0
	Итого	840	57,00	30,26	46,78	102,76	952,94	0,44	0,42	31,1	1,75	4,82	188,89	394,56	106,76	13,26	1,01	0,28
		1505	110,00	44,80	61,90	173,70	1430,90	0,89	0,76	79,15	2,16	6,20	384,10	685,40	211,30	17,88	2,88	0,40

Руководитель структурного подразделения
Медицинский работник

Т.Д. Овчинникова

И.В. Павлива