

Наименование блюда	День шестой 08.06.2023г.												
	Выход,г	Пищевые вещества,г			Энергет.ценность	Витамины(мп)				Минеральные вещества(мп)			
		Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	0												
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200	3	8	31,6	118	0,14	0,96	54,8	1,69	146,77	221,3	44,33	2,24
Сыр	20	4,64	5,9	8,85	71,66	0,01	0,14	52	0,1	176	100	7	0,2
Масло сливочное	10	0,08	8,11	0,01	72	0,08	0,6	0,02	0,02	10	0	0,02	0
Фрукт свежий	100	0,96	9,48	12,32	138,4	0,5	0	0	0	0,2	1,2	1,1	3,3
Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	10	0,8	126,6	92,8	15,4	0,41
Хлеб пшеничный	30	3,95	0,3	14,49	70,15	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
Итого		14,15	33,14	83,17	551,21	0,8	3,03	116,82	3	466,47	441,4	77,75	6,48
Обед													
Салат из свежей капусты б/к с маслом растительным	60	0,8	3,65	5,11	56,47	0,01	14,66	0	1,39	25,8	16,99	9,6	0,31
Суп сайровый	250	8,45	8,28	13,13	160,78	0,11	6,88	15	0,88	31,65	175,7	46,05	1,25
Котлеты из птицы рубленые	80	12,16	10,88	10,8	189,76	0,06	0,16	16	0,3	35,2	76,8	20,8	1,76
Макаронные изделия отварные	150	5,1	7,5	28,5	201,9	0,06	0	0	1,95	12	34,5	7,5	0,75
Компот из ягод с/м	200	0,52	0,18	24,84	102,9	0,02	59,4	0	0,2	23,4	23,4	17	60,3
Хлеб пшеничный	30	3,95	0,3	14,49	70,15	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
Булочка со сгущенным молоком	100	7,89	8,62	56,21	315,5	0,04	0	0	0,36	9,2	42,4	10	1,24
Итого		38,87	39,41	153,08	1097,46	0,33	81,1	31	5,47	144,15	395,89	120,85	65,94
Итого за день		53,02	72,55	236,25	1648,67	1,13	84,13	147,82	8,47	610,62	837,29	198,6	72,42