

№ рецептуры	День 8. Наименование блюда. Возраст 7-11 лет. Начальное образование.	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		В1	С	А	F	D	B2	Ca	P	I	K	Se	Mg	Fe
Завтрак																			
670/ 1983	Фрикадельки в соусе (50/50) (соус красный основной №824/1983г)	100	8,51	8,67	8,81	147,31	0,1	0,74	18,6	0	0,98	0	24	72	0,001	94	0	16,2	0,6
510/ 2004	Каша вязкая пшеничная	180	6,48	6,7	40,68	248,94	0,1	0,08	20	0,3	1	0,2	173,1	167	0	56	0	12	0,7
686/ 2004	Чай с лимоном	210	0,13	0,02	15,2	61,5	0	2,83	0			0	14,2	4,4		21,3		2,4	0,36
гост	Хлеб пшеничный.	20	1,77	0,16	9,84	47,88	0,035	0	0	0	0,3	0	4,6	17,4	0,01	34,89	0	6,6	0,4
гост	Хлеб ржаной.	40	2,64	0,48	15,84	78,24	0,07	0	0	0,7	0,08	0	11,6	60	0	4	0	19,2	1
Итого за завтрак		550	19,53	16,03	90,37	583,87	0,305	3,65	38,6	1	2,36	0,2	227,5	320,8	0,011	210,2	0	56,4	3,06
Обед																			
110/ 2004	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	255	4,9	4,93	19,6	151,6	0,05	10,6	0	0,18	0,6	0,04	39,78	43,7	0	162	0	20,9	1,25
498/ 2004	Котлеты рубленые из птицы (с соусом) (50/50) (соус красный основной №824/1983г)	100	10,42	11,12	15,72	204,64	0,06	0,45	37,1	0	0,75	0,1	87,43	72,16	0,01	114,67	0	22,1	0,92
508/ 2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,56	9,36	37,6	264,88	0,02	12,4	0	0,09	0,3	0,28	117	80	0,01	26,4	0	8,8	0,2
699/ 2004	Напиток лимонный	200	1,5	1,7	22,4	110,9	0,15	3,26	0,1	0	0,7	0,16	93	84	0	98	0	9,75	0,2
гост	Хлеб пшеничный.	30	2,66	0,24	14,76	71,84	0,05	0	0	0	0,45	0	6,9	26,1	0,02	52,34	0	9,9	0,6
гост	Хлеб ржаной.	40	2,64	0,48	15,84	78,24	0,07	0	0	0,7	0,08	0	11,6	60	0	4	0	19,2	1
Итого за обед		805	29,68	27,83	125,9	882,1	0,4	26,71	37,2	0,97	2,88	0,58	355,7	366	0,04	457,4	0	90,6	4,17
Всего за день			49,21	43,86	216,3	1466	0,705	30,36	75,8	1,97	5,24	0,78	583,2	686,8	0,051	667,6	0	147	7,23