ДЕНЬ № 17

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
66	Омлет с колбасными изделиями	150	18,3	21,45	1,95	274,65	0,24	0,43	0,27	1,26	99,49	286,65	26,35	3,09
2	Масло сливочное порциями	20	0,2	14,4	0,3	130,86	0	0	0,08	0	4,8	4	0,6	0,04
24	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0	16,95	69	0,01	19,5	0,04	0	24	16,5	13,5	3,3
114	Чай с сахаром	200	0,4	0	13,6	57	0	0,08	0	0	13,56	7,66	4,08	0,8
121	Батон пшеничный	30	2,16	0,81	14,73	75,66	0,04	0	0	0,51	7,5	24,6	9,9	0,45
120	Хлеб ржаной	20	1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,08	0	0,06	6,8	24	8,2	0,46
	Итого за прием пищи:		**22,8**	**36,88**	**54,97**	**643,43**	**0,31**	**20,09**	**0,39**	**1,83**	**156,15**	**363,41**	**62,63**	**8,14**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**25,1**								

ДЕНЬ № 18

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
72	Запеканка из творога с фруктово - ягодной начинкой	150	21,9	14,85	34,8	360	0,04	0,58	0,18	0,54	159,9	238	22,9	1,29
26	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0	17,5	69	0,05	6	0	0	45	22	17	0,6
117	Чай с лимоном и мятой	200	0,4	0,2	13,8	57,8	0	2,6	0	0	15,64	8,8	4,72	0,8
121	Батон пшеничный	30	2,16	0,81	14,73	75,66	0,04	0	0	0,51	7,5	24,6	9,9	0,45
120	Хлеб ржаной	20	1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,08	0	0,06	6,8	24	8,2	0,46
	Итого за прием пищи:		**26**	**16,08**	**88,27**	**598,72**	**0,15**	**9,26**	**0,18**	**1,11**	**234,84**	**317,4**	**62,72**	**3,6**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**25,4**								

День № 19

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
60	Каша пшенная молочная с тыквой и маслом	200/5	7,17	6,35	36,9	233,29	0,22	6,19	0,02	0,47	92,39	164,12	52,33	1,49
25	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,45	12,3	54,9	0,03	7,5	0,01	0	28,5	24	18	3,45
2	Масло сливочное порциями	20	0,2	14,4	0,3	130,86	0	0	0,08	0	4,8	4	0,6	0,04
115	Какао с молоком	200	3,6	2,8	23,4	133,4	0,04	1,3	0,02	0	127,74	116,2	21,64	0,74
121	Батон пшеничный	30	2,16	0,81	14,73	75,66	0,04	0	0	0,51	7,5	24,6	9,9	0,45
120	Хлеб ржаной	20	1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,08	0	0,06	6,8	24	8,2	0,46
	Итого за прием пищи:		**14,87**	**25,03**	**95,07**	**664,37**	**0,35**	**15,07**	**0,13**	**1,04**	**267,73**	**356,92**	**110,67**	**6,63**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**28,3**								

ДЕНЬ № 20

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
28	Огурцы порционные	60	0,42	0,06	1,02	6,18	0,02	4,2	0,01	0	10,2	25,2	0	0,3
1	Сыр порциями	20	4,88	4,72	0	62	0	0,32	0,05	0	200	108,8	9,4	0,43
75	Рыба тушеная с овощами (минтай, лук, морковь, т/паста)	80/30	15,18	3,52	5,61	114,29	0,03	2,93	0	3,55	31,52	127,66	20,75	0,59
52	Картофель запеченный	150	3,15	4,5	17,55	122,85	0,16	25,3	0	5,53	16,26	94,6	35,32	15,9
109	Компот фруктово - ягодный (клубника-алыча)	200	0,42	0	20,62	84,2	0	2,8	0	0,16	15,48	6,2	3,6	0,6
121	Батон пшеничный	30	2,16	0,81	14,73	75,66	0,04	0	0	0,51	7,5	24,6	9,9	0,45
120	Хлеб ржаной	20	1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,08	0	0,06	6,8	24	8,2	0,46
	Итого за прием пищи:		**27,35**	**13,83**	**66,97**	**501,44**	**0,27**	**35,63**	**0,06**	**9,81**	**287,76**	**411,06**	**87,17**	**18,73**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**21,33**								