

№ по сб. рел., ТТК	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		B ₁	A	C	Ca	Mg	Fe
День 1												
	Десерт фруктовый (Апельсин)	100	0,39	0,00	10,72	42,00	0,03	0,00	19,50	22,67	8,67	0,20
45/04	Салат из квашеной капусты (без лука)	68	0,79	3,40	5,44	55,31	0,00	0,02	14,46	63,01	4,31	0,00
440/2010	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	19,00	11,20	32,40	316,63	0,15	0,00	0,40	22,00	33,50	0,90
ТТК253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	1,14	0,08	15,22	66,16	0,02	0,00	0,85	34,62	23,20	1,06
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
	Итого:		23,95	14,86	82,08	565,44	0,26	0,03	35,21	153,40	73,88	2,43
День 2												
ТТК-994	Салат "Пестрый" (свежая отп.фасоль отп., яблоко, масло раст.)	60	3,00	2,70	11,10	80,70	0,05	0,01	1,99	37,14	4,92	1,41
ТТК-201н	Виточки "Любимые" с овощами (мексиканская смесь)	75/15.	11,08	9,06	10,92	170,34	0,02	0,07	0,38	16,68	16,20	0,89
ТТК446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	4,50	6,80	41,61	245,66	0,00	0,00	0,00	0,67	0,07	0,01
ТТК475	Чай полусладкий	200	0,18	0,00	4,78	19,90	0,01	0,00	0,04	5,25	4,40	0,01
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
	Итого:		21,39	18,74	86,71	601,94	0,14	0,08	2,41	70,84	29,79	2,59
День 3												
612/04.	Маринад овощной	60	0,48	6,00	5,76	78,96	0,05	0,00	1,06	27,72	20,61	0,84
443/2004.	Плов из говядины	40/160.	14,19	15,78	37,80	350,00	0,15	0,04	0,11	81,30	32,00	1,60
ТТК437	Чай полусладкий с молоком	200	1,63	1,25	7,18	46,00	0,02	0,01	0,54	76,50	8,80	0,43
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
	Итого:		18,93	23,21	69,04	560,30	0,27	0,05	1,71	196,62	65,61	3,14
День 4												
45/04	Салат из квашеной капусты (без лука)	68	0,79	3,40	5,44	55,31	0,00	0,02	14,46	63,01	4,31	0,00
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Моричка" с овощами (горошек зеленый консервированный)	75/15	11,89	4,89	12,14	140,11	0,07	0,14	0,54	146,19	8,16	0,90
520/04	Пюре картофельное	150	3,20	6,80	21,90	164,00	0,16	0,09	10,90	48,30	16,30	1,23
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	0,01	0,00	2,83	8,45	1,36	0,07
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
	Печенье сахарное	18	2,00	1,27	18,77	94,78	0,05	0,00	0,08	33,96	7,50	0,37
	Итого:		20,81	16,54	91,75	599,54	0,35	0,25	28,81	311,01	41,83	2,84
День 5												
	Десерт фруктовый (Яблоко)	100	0,00	0,00	8,07	32,30	0,07	0,00	11,00	60,00	5,47	0,27
7/10	Сыр порционно	10	2,60	3,00	0,00	37,40	0,06	0,00	0,00	59,76	17,50	0,24