

1-я неделя / 3. Среда															
	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда,г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Цен. (К.кал.)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	1														
	Обед 12.00														
1	Салат зеленый с огурцами	18	80	0,83	4,85	1,72	53,76	0,02	4,57	0,00	0,48	35,36	29,08	18,98	0,46
	Суп картофельный с гречневой														
2	крупой	101	250	2,69	2,84	17,46	118,25	11,25	8,25	0,00	1,43	29,20	67,58	27,28	1,13
3	Тефтели 1 вариант	278	70	9,14	10,21	11,96	176,17	0,06	0,84	39,57	0,64	32,61	103,10	21,39	1,02
4	Картофельное пюре	128	200	4,13	12,21	23,98	230,48	0,19	23,73	66,67	0,32	55,54	116,04	36,53	1,37
5	Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Батон "Туристский"														
6	(йодированный)	658	28	1,88	0,73	12,94	65,80	0,09	0,00	0,00	0,76	6,12	17,29	2,90	0,22

3,6

1-я неделя / 4. - Четверг															
	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Обед 12.00														
1	Салат витаминный	21	50	0,75	2,30	5,50	45,50	0,02	6,85	0,90	0,97	19,05	14,90	9,77	0,48
	Щи со свежей капустой с картофелем	88	250	1,77	4,95	7,90	89,75	0,06	15,78	0,00	2,35	49,25	49,00	22,13	0,83
2	Биточки куриные	ТТК№6	90	18,63	4,32	3,96	129,60	0,03	0,00	18,00	1,60	5,77	76,39	13,77	1,22
3															
4	Каша молочная Дружба с маслом	175	200	5,79	10,65	31,89	247,62	0,10	0,91	52,19	0,17	127,03	149,26	35,45	0,77
5	Чай с сахаром с сухофруктами	377	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
	Батон "Туристский"														
6	(йодированный)	658	36	2,41	0,94	16,63	84,60	0,11	0,00	0,00	0,98	7,86	22,23	3,72	0,29
	Итого за день:			29,48	23,17	81,08	659,07	0,31	26,37	71,09	6,07	223,16	316,18	87,24	3,93
					2,8	3,5								1,4	

2,8 3,5 3,1