

2-я неделя / 3. Среда

1	2	3	4*	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	Завтрак 9.00	3	4*	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Огурцы свежие	71	80	0,56	0,08	1,52	9,60	0,03	3,92	0,00	0,08	13,60	24,00	11,20	0,40
2	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	173	210	8,64	11,06	44,32	312,00	0,14	0,96	54,80	0,77	146,77	221,30	44,33	2,34
3	Котлеты "Школьные"	ТТК№4	90	17,37	4,68	10,26	153,00	0,03	1,83	6,62	2,57	27,00	95,00	16,98	1,38
4	Чай с сахаром с лимоном	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
5	Батон "Гуриетский" (йодированный)	658	30	2,01	0,78	13,86	70,50	0,09	0,00	0,00	0,81	6,55	18,53	3,10	0,24
	Итого по группе:			28,71	16,62	85,16	607,10	0,29	9,54	61,42	4,25	208,12	363,22	78,02	4,72

2-я неделя / 4. Четверг

1	2	3	4	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	Завтрак 9.00	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Овощи натуральные свежие	71	80	0,56	0,08	1,52	9,60	0,03	3,92	0,00	0,08	13,60	24,00	11,20	0,40
2	Котлета "Здоровье"	100	60	9,00	7,32	4,80	121,80	0,04	0,33	0,00	0,00	22,92	0,00	17,05	0,81
3	Картофельное пюре	128	180	3,72	10,99	21,58	207,43	0,17	21,36	60,00	0,29	49,99	104,43	32,88	1,23
4	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
5	Батон "Гуриетский" (йодированный)	658	42	2,81	1,09	19,40	98,70	0,13	0,00	0,00	1,14	9,17	25,94	4,34	0,34
	Итого по группе:			16,16	19,50	62,31	497,53	0,37	25,64	60,00	1,51	106,78	157,17	66,87	3,06