

День – пятый																	
№ тех карты	наименование блюда	Масса порций,г		Химический состав,г			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг			
		7-11лет	11лет и старше	Б	ж	у		В1	В2	С	А	В-кар	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак																	
№ 97	Закрытый бутерброд с сыром	60		7,40	13,70	14,80	212,00	0,04	0,00	0,10	0,11	0,00	0,50	187,00	139,00	14,00	0,50
№ 97	Закрытый бутерброд с сыром		60	7,40	13,70	14,80	212,00	0,04	0,00	0,10	0,11	0,00	0,50	187,00	139,00	14,00	0,50
№ 266	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	200		7,16	9,40	28,80	228,40	0,168	0,00	1,54	0,05	0,00	0,54	156,80	206,00	55,60	1,24
№ 266	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»		200	7,16	9,40	28,80	228,40	0,168	0,00	1,54	0,05	0,00	0,54	156,80	206,00	55,60	1,24
№ 108	Батон нарезной	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,034	0,00	0,00	0,00	0,00	0,34	6,00	19,50	4,20	0,34
№ 108	Батон нарезной		30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,034	0,00	0,00	0,00	0,00	0,34	6,00	19,50	4,20	0,34
№ 496	Какао с молоком	200		3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	0,00	1,30	0,02	0,00	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80
№ 496	Какао с молоком		200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	0,00	1,30	0,02	0,00	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80
				20,44	26,64	83,36	654,90	0,282	0,00	2,94	0,18	0,00	1,38	473,80	474,50	100,80	2,88
Обед																	
№ 22	Салат из свежих помидоров	100		1,00	10,20	3,50	110,00	0,04	0,00	16,50	0,00	0,00	5,00	13,00	24,00	18,00	0,80
№ 22	Салат из свежих помидоров		100	1,00	10,20	3,50	110,00	0,04	0,00	16,50	0,00	0,00	5,00	13,00	24,00	18,00	0,80
№ 150	Суп картофельный с рыбой	250		9,85	4,83	15,20	143,50	0,180	0,00	12,12	0,04	0,00	0,35	43,25	185,20	587,00	1,58
№ 150	Суп картофельный с рыбой		250	9,85	4,83	15,20	143,50	0,180	0,00	12,12	0,04	0,00	0,35	43,25	185,20	587,00	1,58
№ 366	Бефстроганов из отварной говядины (с соусом сметанным)	100		15,10	13,80	2,40	194,00	0,04	0,00	0,66	0,00	0,00	0,46	26,70	158,00	19,33	2,20
№ 345	Бефстроганов из отварной говядины (с соусом сметанным)		100	15,10	13,80	2,40	194,00	0,04	0,00	0,66	0,00	0,00	0,46	26,70	158,00	19,33	2,20
№ 240	Каша рисовая рассыпчатая	150		3,70	6,70	37,30	219,00	0,03	0,00	0,00	0,05	0,00	0,28	4,95	79,90	26,25	0,54
№ 240	Каша рисовая рассыпчатая		150	3,70	6,70	37,30	219,00	0,03	0,00	0,00	0,05	0,00	0,28	4,95	79,90	26,25	0,54

