ДЕНЬ № 9

№ 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													
63	Каша пшеничная молочная с сушеной клюквой и маслом	200/5	5,12	9,22	48,58	298,48	0,12	0,84	0,02	1,23	45,92	135,34	52,95	2,74
27	Фрукты в ассортименте	100	0,8	0	9,9	43	0,06	10	0,1	0	28	27	17	2,1
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
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:		**9,82**	**24,65**	**94,55**	**641,26**	**0,24**	**11**	**0,2**	**1,8**	**106,58**	**222,6**	**92,73**	**6,59**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**27,3**								

ДЕНЬ № 10

№ 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
77	Рыба запеченная со сметаной и зеленью (минтай)	80	14,88	6	0,56	115,84	0,06	4,38	0,01	1,47	20,12	58,13	11,77	0,46
50/51	Пюре картофельное с маслом/ Картофель отварной с маслом и зеленью	150	3,3 / 3,3	7,8 / 3,9	22,35 / 25,65	173,1 / 151,35	0,14 / 0,15	18,15 / 21	4,41 / 0	1,13 / 1,14	36,36 / 14,01	85,5 / 76,63	27,8 / 29,37	1,14 / 1,32
100	Компот фруктово - ягодный (вишня)	200	0,2	0	21,2	85,8	0	98	0	0	12,8	12,24	1,74	0,48
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:		**22,1**	**14,89**	**67,3**	**492,84**	**0,28**	**124,81**	**4,43**	**3,17**	**93,78**	**229,67**	**59,41**	**3,29**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**21**								

ДЕНЬ № 11

№ 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													
80	Филе птицы тушеное в томатном соусе	80/30	18,15	16,28	7,26	247,72	0,08	4,69	0,01	0,85	25,16	90,93	28,09	1,17
54	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,2	5,1	33,9	210,3	0,21	0	0	1,74	14,55	208,88	140	4,68
1	Сыр порциями	20	4,88	4,72	0	62	0	0,32	0,05	0	200	108,8	9,4	0,43
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
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:		**34,13**	**41,53**	**77,23**	**819,8**	**0,35**	**5,17**	**0,14**	**3,16**	**272,37**	**468,87**	**200,27**	**8,03**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**34,9**								

ДЕНЬ № 12

№ 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													
67	Омлет с сыром	150	15,6	16,35	2,7	220,2	0,07	0,52	0,33	0,78	112,35	250,35	18,81	2,79
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
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:		**23,3**	**34,58**	**65,52**	**665,38**	**0,18**	**21,4**	**0,47**	**1,35**	**283,19**	**435,65**	**72,65**	**7,78**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**28,3**								