

**2-й день
Завтрак**

Наименование блюда	Номер рецептуры	Масса порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Ц
Бутерброд с колбасой докторской		32/40	110	3,7	6,2	6,5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Каша пшеничная		150	250,5	6,6	7,5	38,4	0,28	-	0,06	1,58	15,23	126,47	44,84	1,47	1
Тфтели		100	120,7	7,68	6,8	6,8	0,096	2,597	34,775	1,272	22,19	89,948	14,218	0,915	2
Свежие огурцы		60	6,6	0,42	0,06	1,14	0,018	4,2	-	0,060	10,2	18	8,4	0,3	1
Какао		200	154	4,1	3,8	27,5	0,02	4,0	-	0,2	14	14	80	2,8	2
Блинчики с творогом		2шт.	167,3	10,5	9,31	9,59	0,157	0,15	0,036	0,257	92,74	131,94	20,47	0,446	2

Обед

Наименование блюда	Номер рецептуры	Масса порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Ц
Хлеб		55	151,63	5,21	0,8	31,19	0,13	-	-	0,79	20,1	103,7	32,7	2,4	1
Суп с фрикадельками		200/25	168	9,6	6,6	16,5	0,08	3,3	0,59	0,19	16,69	89,48	26,69	1,33	4
Пюре		150	163,5	3,15	6,72	21,9	0,16	25,938	26,3	0,189	45,620	98,07	33,11	1,225	2
Куриная грудка в духовке		70	170,8	15,82	4,69	-	0,072	0,84	0,024	0,24	19,8	93,6	11,4	0,96	6
Свежие помидоры		60	13,8	0,66	0,12	2,28	0,036	15,0	-	0,42	8,4	15,6	12,0	0,54	1
Сок фруктовый		200	88	1,0	0,0	21,2	0,02	4,0	-	0,2	14	14	80	2,8	1
Фрукты		100	47	0,8	0,4	8,1	0,02	180	-	-	40	-	25	0,8	5
Чоко-пай		30	174,86	2,55	9,41	22,76	0,042	-	0,015	1,008	6,28	72,01	9,62	1,036	1
Итого обед															22
Всего:															41

Итого:170-01

