

14.01.2021

Утверждено

Фед

О.И. Якимин

| Прием<br>пищи, наименование<br>блюда | Масса<br>порции<br>(г) | Пищевые<br>вещества(г) |             |              | Энергетическая<br>ценность(ккал) | Витамины, микроэлементы<br>(мг) |            |               |             |            |
|--------------------------------------|------------------------|------------------------|-------------|--------------|----------------------------------|---------------------------------|------------|---------------|-------------|------------|
|                                      |                        | Б                      | Ж           | У            |                                  | С                               | А          | К             | Са          | Fe         |
|                                      |                        |                        |             |              |                                  |                                 |            |               |             |            |
| <b>2 неделя</b>                      |                        |                        |             |              |                                  |                                 |            |               |             |            |
| <b>среда</b>                         |                        |                        |             |              |                                  |                                 |            |               |             |            |
| <b>Завтрак</b>                       |                        |                        |             |              |                                  |                                 |            |               |             |            |
| Котлета рыбная                       | 80                     | 3,2                    | 6,4         | 14,4         | 129,6                            | 0,0                             | 0,0        | 59,2          | 36,8        | 0,0        |
| Картофельное пюре                    | 150                    | 3,0                    | 5,0         | 24,0         | 159,0                            | 30,0                            | 0,0        | 853,0         | 27,0        | 1,0        |
| Масло сливочное                      | 5                      | 0,0                    | 4,2         | 0,0          | 37,0                             | 0,0                             | 0,0        | 1,0           | 1,0         | 0,0        |
| Помидоры свежие<br>порционно         | 30                     | 0,0                    | 0,0         | 1,0          | 7,0                              | 8,0                             | 0,0        | 87,0          | 4,0         | 0,0        |
| Компот из яблок                      | 200                    | 0,0                    | 0,0         | 28,0         | 109,0                            | 7,0                             | 0,0        | 112,0         | 7,0         | 1,0        |
| Батон                                | 50                     | 2,0                    | 1,0         | 13,0         | 69,0                             | 0,0                             | 0,0        | 25,0          | 4,0         | 0,0        |
| Хлеб ржаной                          | 25                     | 4,0                    | 0,0         | 30,0         | 142,0                            | 0,0                             | 0,0        | 56,0          | 12,0        | 0,0        |
| <b>Итого</b>                         |                        | <b>12,2</b>            | <b>16,6</b> | <b>110,4</b> | <b>652,6</b>                     | <b>45,0</b>                     | <b>0,0</b> | <b>1193,2</b> | <b>91,8</b> | <b>2,0</b> |