МЕНЮ 3 ДЕНЬ

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																	
9/11	Маринад овощной	60	0,02	1,94	0,03	2,54	29,98	1,42	13,67	19,34	0,35	7,2	379,2	0,24	0,02	0,02	0,14	
43/8	Сосиски отварные	100	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	7,14	15,3	113,5	1,47	0	0	0,41	0,11	0,09	0	
57/3	Макаронные изделия отварные	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	1,12	
15/1	Напиток "Валитек"	200	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	
-	Батон витаминизированный	30	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	40	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	
	Итого за прием		**10,25**	**26,41**	**2,46**	**77,32**	**641,80**	**11,86**	**50,12**	**218,7**	**3,83**	**22,3**	**394,3**	**2,98**	**0,32**	**0,19**	**1,26**	
	Обед																	
6/1	Помидоры свежие	60	0,00	0,08	0,08	1,52	10,37	0	8	10,4	0,36	0	320	0,28	0,02	0,02	14,7	
10/2	Рассольник "Ленинградский" со см	250/10	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	2,05	31,62	92,92	1,11	9,36	1020	2,64	0,1	0,07	6,71	
	Колбаски витаминные	100	18,14	7,01	0,06	2,95	146,04	3,76	3,95	8,82	0,17	24,8	693,3	0,17	0,01	0,01	0	
3/3	Пюре картофельное	180	0,83	5,13	0,62	24,05	163,50	3,52	34,31	101,2	1,27	17,6	41,18	0,21	0,14	0,12	9,84	
	Компот из свежих апельсин	200	0,00	0,10	0,11	26,76	108,76	0	6,22	11,01	0,21	0	22	0,11	0,02	0,01	12	
-	Батон витаминизированный	40	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	40	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	
	Итого за прием		**19,31**	**21,27**	**8,67**	**104,96**	**751,69**	**9,74**	**99,11**	**268,7**	**4,37**	**52,5**	**2096**	**4,94**	**0,43**	**0,29**	**43,26**	
	Итого за день		**29,56**	**47,68**	**11,13**	**182,28**	**1393,49**	**21,61**	**149,2**	**487,4**	**8,21**	**74,9**	**2491**	**7,92**	**0,75**	**0,48**	**44,52**	
	Содержание, % от калорийности		17,00		31,00		54,00											