МЕНЮ 5 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																	
14/4	Каша пшенная молочная с маслом с	200/10	2,86	10,54	1,65	40,48	293,40	6,78	47,99	179,8	1,32	35,5	39,68	0,25	0,18	0,14	0,3	
4/13	Бутерброд с маслом и сыром	30/20/20	3,75	16,53	1,26	21,15	266,94	9,86	21,56	122,4	0,97	112	77	0,91	0,07	0,09	0,51	
17/1	Кофейный напиток с молоком	200	1,45	1,66	0,29	20,30	102,21	1	6,09	39,15	0,1	6	4	0	0,01	0,06	0,1	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	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	0,52	
-	Груша свежая	200	0,00	0,60	0,60	20,60	101,38	0	24	32	4,6	0	20	0,8	0,04	0,06	9	
	Итого за прием		**8,15**	**30,00**	**4,43**	**109,57**	**803,89**	**17,84**	**101,4**	**383,7**	**7,43**	**154**	**140,9**	**2,8**	**0,37**	**0,39**	**10,13**	
	Обед																	
1/1	Изделие кондитерское	30	0,02	1,50	0,08	2,57	32,53	0,94	8,23	24,89	0,28	7,84	123,5	0,1	0,04	0,02	4,78	
19/2	Суп картофельный с горохом	250	0,00	4,95	5,63	17,80	143,67	0,72	33,39	93,21	1,74	0	969,6	2,45	0,17	0,06	0,6	
11/8	Гуляш из свинины	75/50	12,60	34,26	0,10	7,88	398,51	14,28	31,47	169,4	2,03	31,3	249,7	0,7	0,36	0,13	5,04	
60/3	Рис припущенный янтарный	180	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	3,57	30,21	89,84	0,63	37,2	21,55	0,32	0,04	0,03	0	
20/1	Напиток из черной смородины	200	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	
-	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 витаминиз	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		**12,72**	**48,40**	**8,35**	**125,64**	**1081,55**	**19,93**	**126,1**	**429,9**	**6,33**	**77,1**	**1389**	**5,25**	**0,76**	**0,31**	**10,43**	
	Итого за день		**20,87**	**78,40**	**12,78**	**235,21**	**1885,45**	**37,78**	**227,5**	**813,6**	**13,76**	**231**	**1530**	**8,05**	**1,14**	**0,7**	**20,56**	
	Содержание, % от калорийности		11,00		38,00		51,00											