

Утверждаю

День: понедельник

26 апреля

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества				Стоимость
			Б	Ж	У			В1	С	А	Са	Р	Мд	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1	сыр порционно	20	9	9	0	72	0	0,14	42	200	120	11	0,14	9	
248	соус томатный	30	0,3	1,4	1,9	22	0,005	0,59	0	15	0	2,08	0,9	1,71	
39	биточки мясные	60	11	8	10	160	0,05	0,15	15,2	33,44	114,06	22,04	0	29,4	
33	макаронные изделия отварн	150	6	5	36	212	0,09	0	24	11,15	46,26	8,18	0,83	3,7	
80	чай с сахаром	200	0	0	15	60	0	0		0,45	0	0	0,05	1,7	
	яблоко	100	0		10	47	0,03	10		16	11	9	2,2	10	
75,02	хлеб пшеничный	30	0	0	14	71	0,05			6,9	26,1	9,9	6	1,5	
		590	26,3	23,4	86,9	644	0,225	10,88	81,2	282,94	317,42	62,2	10,12	57,01	
	Итого за день	590	26,3	23,4	86,9	644	0,225	10,88	81,2	282,94	317,42	62,2	10,12	57,01	