	Обед														
00	Помидоры свежие(порционно)	60	0,48	0,01	2,08	18	0,02	6			7,39			0,47
51	Рассольник ленинградский	180	1,56	3,6	11,16	144	0,06	4,82			11,22		16,21	0,61
	Сметана для заправки	5	0,14	1	0,16	9								
116	Рагу овощное с мясом	240	19,84	22,08	16,8	347	0,11	12,37			42,8		54,78	3,5
279	Инстантный напиток витаминизированный	180			45	135	0,21	0,18	2,7	2,23	21,6	49,5	16,2	60,3
ТТК №22	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	40	1	0,8	24	144	0,04	0,03			120	180		0,03
ТТК №26	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	6,23	2,04	19,56	116	0,04				35,56	80		2,8
	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
	Всего в Обед	**748**	**29,25**	**29,53**	**118,76**	**913**	**0,48**	**23,4**	**2,7**	**2,23**	**249,61**	**311,75**	**87,86**	**67,8**
	Всего в день		**41,84**	**42,03**	**221,82**	**1 528**	**0,63**	**34,32**	**4,03**	**2,23**	**474,49**	**628,57**	**130,88**	**72,52**

2-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
185	Каша пшённая молочная жидкая	150	5,6	6,6	26,7	187	0,13	0,66			140,89			0,78
266	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35					0,13		0,01	0,01
	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,09	2	19	112	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
ТТК №99	Батон нарезной	40	4	1,6	38,67	173			1,33		2,67	26,67	1,33	1,33
ТТК №21	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13	0,48		109,82			0,05
	Всего в Завтрак	**502**	**13,39**	**11,42**	**96,67**	**557**	**0,17**	**10,79**	**1,81**		**267,59**	**37,67**	**3,64**	**4,08**
	Обед													
005	Огурцы свежие (порционно)	60	0,17	0,05	1,34	14	0,02	5,14			11,83			0,31
64	Суп из овощей (В 2)	180	1,44	3,12	23,52	162	1,44	6,48			16,12	36,96	15,7	0,55
	Сметана для заправки	5	0,14	1	0,16	9								
164	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224	0,18				12,9		121,84	4,18
91	Гуляш из отварного мяса	90	25,56	14,4	16,2	382	0,07	1,98			21,98	134,69	35,64	3,53
33	Напиток из свежезамороженных плодов (яблоко/клубника)	200			17,6	67	0,01	1	0,01	0,08		0,4	0,01	1
ТТК №22	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	40	1	0,8	24	144	0,04	0,03			120	180		0,03
ТТК №26	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	6,23	2,04	19,56	116	0,04				35,56	80		2,8
	Соль йодированная	3									11,04	2,25	0,66	0,09
	Всего в Обед	**768**	**42,94**	**26,81**	**136,98**	**1 117**	**1,8**	**14,63**	**0,01**	**0,08**	**229,43**	**434,3**	**173,85**	**12,48**
	Всего в день		**56,33**	**38,23**	**233,64**	**1 674**	**1,97**	**25,42**	**1,82**	**0,08**	**497,02**	**471,97**	**177,49**	**16,56**

2-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													