

2-ая неделя/Среда

№ ТТК	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				ККАЛ	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1		С	А	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8		10	12	13	14	15		
	Завтрак														
00000062	Каша манная молочная	160	2,99	6,29	15,15	123	0,04	0,44		101,81	84,37	13,94	0,26		
ШКССТ22	Сырники (запеканка) из творога	100	10,3	9,2	26	198	0,06	0,43	5,3	144	198	21,5	0,58		
ШКСЯП102	Ягоды протертые в ассортименте	40	0,2	0,12	12	52	0,04	10,4	0,92	1,2	1,24	1,55	1,96		
ШК000130	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	31		9,64	1,52	8,28	10,6	7,07	0,87		
00000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150	225		0,03		
	Всего Завтрак		19,12	18,38	83,85	543	0,19	20,94	7,74	405,29	519,21	44,06	3,7		
	Обед														
ШКС000020	Рассольник ленинградский	250	5,93	7,8	17	162	0,08	6,93	134	26,25	64,25	24,5	0,89		
ШКС000058	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,18	7,31	41,49	269	0,25		32,94	17,1	216	144	4,86		
ШКС03816	Фрикадельки из птицы с подливом овощным	60/40	8,76	10,8	5,16	152	0,05	0,95		27,54			1,03		
00000121	Кисель фруктовый	200			20	76				0,48			0,05		
00000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04		
ШКС000038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8		
	Всего Обед		33,73	30,44	128,92	922	0,48	7,92	166,94	286,93	630,25	168,5	9,67		
	Всего в день		52,85	48,82	212,76	1465	0,67	28,86	174,68	692,22	1149,46	212,56	13,37		