

1-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														
ШК000156	Макароны отварные	200	4,96	6,3	43,7	269	0,08		35,5	14	53	10	1	
ШК000161	Голень куриная запеченная в соусе томатном	75/15	11,5	4,5	9,14	165	0,09	5,4	10,8	9,9	175,5	19,8	0,99	
ШК000126	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	27		0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,7	
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	5,33	2,67	23,5	140	0,05	0,03		150	225		0,03	
ШК000002	Масло сливочное (порциями)	12	0,12	8,7	1,68	79			78,36	1,2	2,4			
	Всего Завтрак	552	22,11	22,17	84,52	680	0,22	5,47	124,96	179,6	463,1	33,6	2,72	
Обед														
ШК000160	Рыбный суп	250	7,38	15,38	31,25	203	0,15	8,34	281,25	19,8	86,74	34,08	314,59	
ШК000161	Рагу овощное с мясом	280	14,98	13,18	37,33	352	0,13	14,43		49,93		63,91	4,09	
Ш1000015	Напиток из свежемороженых плодов (яблоко/клубника)	200			17,6	67	1,4	1	65		0,4	0,01	1	
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	60	6,4	3,2	28,2	168	0,06	0,04		180	270		0,04	
ШК000038	Хлеб ржаной(для детского питания)	40	3,47	1,33	17,07	95	0,04			35,56	80		2,8	
	Всего Обед	830	32,22	33,09	131,45	885	1,78	23,81	346,25	285,3	437,14	98	322,52	
	Всего в день		54,34	55,26	215,97	1565	2	29,28	471,21	464,9	900,24	131,6	325,24	