

Первая неделя:

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тиче-ская цен-ность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
Понедельник													
Ттк 41	Гарнировка: кукуруза сахарная	30	0,6	---	3,3	18,0	---	1,5	---	---	75,0	---	---
474/ 1997	Котлета «Особая»	65	9,7	13,8	8,9	199,0	---	---	---	0,1	61,3	16,9	0,8
463/ 1994	Каша гречневая вязкая	205	6,0	9,0	33,5	215,0	0,3	---	---	42,0	280,0	37,3	3,4
628/ 1994	Чай с сахаром	200	0,2	---	15,0	58,0	---	---	---	2,5	---	2,5	0,4
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		20,3	23,2	86,5	612,0	0,4	1,5	---	72,2	470,8	73,0	5,3
Вторник													
214/ 2004	Гарнировка: капуста тушеная	45	1,3	2,2	4,8	42,0	0,02	7,7	---	26,1	18,0	9,0	0,31
Ттк 20	Гуляш из филе цыпленка	50/30	17,9	4,5	3,4	126,0	0,6	2,3	---	10,0	135,0	22,1	1,3
465/ 1994	Рис отварной	175	4,2	7,0	42,9	253,0	0,04	---	---	26,3	64,9	17,5	0,7
630/ 1994	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87,0	0,01	2,0	---	2,5	4,0	2,8	0,41
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		28,8	15,7	94,2	630,0	0,77	12,0	---	83,5	276,4	67,7	3,42
Среда													
3/ 2004	Бутерброд с маслом с сыром	10/25/25	8,7	15,2	13,0	225,0	0,06	0,7	0,02	270,4	191,5	30,5	1,0
Т-4 2004	Каша пшенная или пшеничная молочная	255	7,7	11,5	57,6	292,0	0,02	1,3	0,02	165,2	157,6	81,6	4,6
	Масло сливочное	10	0,06	8,2	0,1	74,0	---	---	0,04	2,2	2,0	0,4	0,02
Ттк 1	Компот «Южный»	200	0,3	---	28,0	120,0	---	---	---	7,0	2,0	9,0	2,2
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61,0	0,05	---	---	9,3	54,5	16,3	0,7
	Итого		18,7	35,1	111,6	772,0	0,13	2,0	0,08	464,1	407,6	137,8	8,52
Четверг													
78/ 2004	Икра морковная	30	0,8	2,3	3,5	37,0	---	4,0	---	13,0	10,7	9,1	0,2
388/ 2004	Котлета рыбная	65	11,4	6,7	10,9	145,0	---	0,7	0,05	50,4	148,6	20,8	0,7
472/ 1994	Картофельное пюре	205	4,4	9,3	29,9	224,0	0,1	7,4	---	57,4	135,3	41,0	1,5
Ттк 46	Чай с шиповником	200	0,4	---	18,8	81,0	0,01	60,0	---	20,4	13,0	10,0	3,6
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		20,8	18,7	88,9	609,0	0,21	72,1	0,05	159,8	362,1	97,2	6,7
Пятница													
78/ 2004	Гарнировка: икра свекольная	35	0,8	2,7	4,6	45,0	---	5,8	---	13,5	11,7	12,1	0,6
499/ 2004	Котлета, рублен. из филе цыпленка	65	12,8	7,6	6,3	156,0	0,5	0,18	---	28,1	109,2	21,6	1,04
469/ 1994	Изделия макаронные отварные	200	6,9	8,3	47,0	294,0	0,08	---	---	16,0	46,1	24,0	1,3
628/ 1994	Чай с сахаром	200	0,2	---	15,0	58,0	---	---	---	2,5	---	2,5	0,4

1994													
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		24,5	19,0	98,7	675,0	0,68	5,98	---	78,7	221,5	76,5	4,0

Вторая неделя

Понедельник													
Т-24 1994	Гарнировка: огурец свежий	30	0,2	----	0,8	4,0	0,01	3,0	---	6,9	12,6	4,2	0,2
Ттк 2	Плов по-домашнему	40/230	28,4	11,9	50,4	480,0	0,6	4,2	---	45,7	33,0	60,9	3,0
Ттк 46	Чай с шиповником	200	0,4	---	18,8	81,0	0,01	60,0	---	20,4	13,0	10,0	3,6
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		32,8	12,3	95,8	687,0	0,72	67,2	---	91,6	413,1	91,4	7,5

Вторник													
78/ 2004	Гарнировка: икра свекольная	30	0,7	2,3	3,9	38,0	---	5,0	---	11,6	10,0	10,0	0,5
Т-11/ 1994	Сосиска отварная	50	5,9	14,0	0,4	150,0	---	---	---	23,7	16,4	31,7	1,49
463/ 1994	Каша гречневая вязкая	220	6,6	9,9	36,9	250,0	0,2	----	----	46,2	162,9	46,2	3,7
Ттк 1	АК Компот «Южный»	200	0,3	---	20,8	120,0	---	---	---	17,0	12,0	9,0	2,2
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		17,3	26,6	87,8	680,0	0,3	5,0	---	117,1	255,8	213,2	8,59

Среда													
2/ 2004	Бутерброд с повидлом	20/5/21	1,7	4,3	23,5	134,0	0,06	0,1	0,02	9,36	20,2	8,9	0,61
324/ 1997	Яйцо куриное отварное вкрутую	1 шт (40гр)	5,1	4,6	0,3	63,0	0,08	---	---	22,0	86,0	5,0	1,0
Т-4/ 2004	Каша вязкая на молоке «Геркулес» или манная	210	6,7	3,8	34,9	190,0	0,12	----	----	192,1	228,3	25,2	0,9
	Масло сливочное	5	0,03	4,1	0,05	37,0	---	---	0,02	1,1	0,95	0,15	0,01
762/ 1997	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,0	-----	---	---	86,0	84,0	12,6	0,4
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		18,7	18,8	105,0	649,0	0,36	0,1	0,04	329,2	474,6	68,2	3,6

Четверг													
214/ 2004	Гарнировка: капуста тушеная	40	1,1	1,9	4,3	37,0	0,01	6,8	---	23,2	13,7	8,0	0,3
388/ 2004	Биточки рыбные	60	10,5	6,2	10,1	133,0	---	0,6	0,05	46,5	137,2	19,2	0,6
472/ 1994	Картофельное пюре	200	4,3	9,1	29,2	219,0	0,1	7,2	---	56,0	110,0	40,0	1,4
630/ 1994	Чай с молоком	150/50	1,6	1,6	17,3	87,0	0,01	2,0	---	2,5	4,0	2,8	0,41
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7
	Итого		21,3	19,2	86,7	598,0	0,22	16,6	0,05	146,8	319,4	16,3	3,4

Пятница													
Ттк 40	Гарнировка: горошек зеленый консервиров.	30	0,9	----	1,8	12,0	0,06	3,0	----	---	18,6	8,1	0,2
Ттк 31	Птица отварная (бедро)	80	14,4	4,5	0,5	184,0	0,03	0,1	----	14,4	112,0	20,0	2,2
469/ 1994	Изделия макаронные отварные	190	6,6	7,9	44,7	280,0	0,07	---	---	11,4	45,6	22,8	1,14
628/ 1994	Чай с сахаром	200	0,2	---	15,0	58,0	---	---	---	2,5	----	2,5	0,4
	Хлеб пшеничный	25/2	3,8	0,4	25,8	122,0	0,1	---	---	18,6	54,5	16,3	0,7

Итого		25,9	12,8	87,8	656,0	0,26	3,1	----	50,7	228,8	69,7	4,6
-------	--	------	------	------	-------	------	-----	------	------	-------	------	-----