

Заведующий	Сальникова С.В.	
	подпись	расшифровка подписи

Возрастная категория: Сад

Наименование блюда	Выход:	Брутто (гр)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	Витамины					Минеральные в-ва, мг							
			Б, г	Ж, г	У, г		В1,мг	В2,мг	С,мг	А,рет.экв.	Д,мкг	Ca	Fe	P	Mg	K	I	Se	F
Завтрак																			
Каша вязкая гречневая	180	175,22	6,45	6,32	21,23	168,57	0,15	0,27	1,95	14,75	0	184,72	1,24	191,14	54	289,8	0	0	0
Бутерброды с сыром	25	33,13	3,7	5,93	10,31	110,03	0,02	0,04	0,07	42,91	0	86,9	0,26	60,59	5,89	27,14	0	0	0
Чай с сахаром	200	173,67	0	0	4,99	19,95	0	0	0	0	0	0,15	0,02	0	0	0,15	0	0	0
		382,02	10,15	12,25	36,53	298,55	0,17	0,31	2,02	57,66	0,00	271,77	1,52	251,73	59,89	317,09	0,00	0,0000	0,00

плоды свежие (апельсины)	100	142,86	0,9	0,2	8,1	43	0,04	0,03	60	0	0	34	0,3	23	13	197	0	0	0
		142,86	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	60,00	0,00	0,00	34,00	0,30	23,00	13,00	197,00	0,00	0,0000	0,00

Суп картофельный с клецками	200	375,67	7,44	8,94	18,71	185,87	0,15	0,31	17,97	66,8	0	146,97	1,44	180,41	36,05	574,96	0	0	0
Тефтели мясные	70	114,57	15,27	13,59	8,07	215,55	0,07	0,15	6,55	31,7	0	29,27	2,32	170,91	21,1	286,98	0	0	0
Капуста тушеная	130	271,26	3,9	4,93	10,68	105,13	0,06	0,08	93,48	0	0	99,68	1,36	70,71	36,54	649,16	0	0	0
Компот из свежих плодов	180	199,6	0,12	0,12	11	46,4	0,01	0,01	3,08	0	0	5,17	0,7	3,39	2,77	85,86	0	0	0
Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0,01	0	0	0	6	0,33	19,5	4,2	27,9	0	0	0
Хлеб ржаной	20	20	1,3	0,2	8,02	38	0,04	0,02	0	0	0	9,4	0,78	31,4	9,8	47	0	0	0
		1011,1	30,31	28,02	71,24	661,45	0,36	0,58	121,08	98,50	0,00	296,49	6,93	476,32	110,46	1671,8	0,00	0,0000	0,00
																6			

Котлеты рыбные запеченные	70	180,76	13,62	15,11	4,31	230,27	0,18	0,15	2,49	96,54	0	27,39	0,74	183,51	29,68	328,16	0	0	0
Соус томатный	50	15,96	0,4	2,5	2,46	34,19	0	0	2,51	17,7	0	5,98	0,17	8,02	3,97	41,6	0	0	0
Пюре картофельное	150	351,92	4,91	5,57	35,24	211,23	0,26	0,2	42,09	29,5	0	55,81	1,95	144,85	51,74	1222,6	0	0	0
Салат изгорошка зеленого консервированного	60	122,81	2,44	2	5,12	48,22	0	0	0,9	0	0	1,47	0,01	0,61	0,51	4,8	0	0	0
Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0,01	0	0	0	4	0,22	13	2,8	18,6	0	0	0
Кофейный напиток	200	9,34	0	0	6,99	27,93	0	0	0	0	0	0,21	0,02	0	0	0,21	0	0	0
		700,79	22,89	25,34	63,96	598,84	0,46	0,36	47,99	143,74	0,00	94,86	3,11	349,99	88,70	1615,9	0,00	0,0000	0,00

Всего за день:	2236,77	64,25	65,81	179,83	1601,84	1,03	1,28	231,09	299,90	0,00	697,12	11,86	1101,04	272,05	3801,92	0,00	0,0000	0,00
----------------	---------	-------	-------	--------	---------	------	------	--------	--------	------	--------	-------	---------	--------	---------	------	--------	------