

День второй

№ реп.	Наименование	Выход блюда	Сад									
			Сад	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Са	Mg	Na	Fe	В1
8.15		Завтрак 25%										
101	Суп молочный ячневый	220	1,05	5,22	20,1	131,01	186	7,3	131,01	0,44	0,15	5,99
411	Чай с медом	180	0,2	5,22	13,3	54,4	55,55	2,0	1,88	0,41	-	0,03
3	Хлеб йодированный со сливочным маслом,сыром	40/6/6	4,41	6,4	13,58	129,6	89,6	2,4	182,1	0,63	0,004	0,05
	Итого	452	5,66	16,84	46,98	315,04	331,15	11,7	314,99	1,48	0,154	6,07
10.00		Второй завтрак 4%										
418	Сок фруктовый,печенье	180/10	0,9	-	18,18	76,0	112,6	7,2	10,8	2,52	0,02	13,6
11.10		Обед 35%										
36	Салат овощной из яблок,свеклы	50	0,58	5,1	3,63	17,6	66,4	8,6	11,8	0,78	0,01	11,1
89	Суп картофельный с мясной фрикаделей	230	5,14	2,73	14,3	103,2	29,1	3,1	143,1	1,34	0,12	10,2
261	Рыба тушеная с овощами	120	01,8	6,84	3,07	121,9	37,2	37,9	245,1	0,69	0,07	2,25
179	Каша рисовая рассыпчатая	130	3,16	4,65	31,78	181,7	51,18	14,06	2,82	0,44	0,01	-
411	Чай сладкий	180	0,04	5,01	36,99	28	17,6	7,9	1,47	1,47	0,001	0,02
1	Хлеб пшеничный йодированный	30	3	1,16	20,2	103,24	9,2	0,02	-	0,9	0,064	-
	Итого	740	13,72	25,49	109,97	555,64	210,68	71,59	404,29	0,62	0,275	23,57
16.15		Усиленный полдник 25%										
143	Капуста тушеная	130	2,48	5,3	13,2	102,7	72,4	25,5	11,1	0,94	0,01	21,2
299	Шницель мясной со сливочным маслом	70	2,44	9,24	42,5	183	135	5,7	287,5	0,64	0,4	0,12
398	Компот из кураги витаминизированный	180	0,43	5,02	27,7	113,0	32,2	16,7	3,6	0,6	0,01	5,03
1	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1,16	20,2	103,24	9,2	0,02	-	0,9	0,064	-
	Итого	430	8,35	20,72	73,6	501,94	248,8	47,92	302,2	3,08	0,484	26,35

	Итого за весь день	1812,0	28,63	63,05	278,73	1448,62	903,23	238,41	1032,28	2,7	0,933	69,59
--	---------------------------	---------------	--------------	--------------	---------------	----------------	---------------	---------------	----------------	------------	--------------	--------------