

День/неделя: Понедельник-1								
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	В1
				Б	Ж	У		
<i>_Завтрак</i>								
178	каша вязкая из рисовой крупы с маслом (на воде)		200	4.8	11	33.8	253.8	1.5
382	Какао на низкобелковом молоке		200	1.96	6.8	40	168.75	0.1
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Сыр безбелковый		15	0	3.45	3	43.05	0.005
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
	Итого за _Завтрак	77.09	545	9.440	29.200	107.810	673.320	1.665
День/неделя: Вторник-1								
<i>_Завтрак</i>								
	Плов с фруктами		240	5.91	10.54	55	338.5	0.09
	Кофейный напиток с молоком безбелковым		200	0	0	15	60	0
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
	Печенье безбелковое (в ассортименте)		50	0.5	7	33.5	198.5	0
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Итого за _Завтрак	77.09	520	7.590	24.990	113.510	708.720	0.110
День/неделя: Среда-1								
<i>_Завтрак</i>								
191	Котлеты из риса с повидлом		170	5.03	7.4	47.6	318.8	0.08
377	чай с сахаром и		200	0.3	0.1	15.2	59	0
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
	Итого за _Завтрак	77.09	500	8.010	15.450	93.810	585.520	0.140
День/неделя: Четверг-1								
<i>_Завтрак</i>								
191	Биточки пшеничные		180	5.4	9.4	31.7	233.5	0.176
306	Бобовые отварные (зеленый горошек)		80	4.31	2.18	4.64	47.3	0.04
376	Чай с сахаром		200	0.07	0.02	15	60	0
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Итого за _Завтрак	77.09	590	12.460	19.550	82.350	548.520	0.276
День/неделя: Пятница-1								
<i>_Завтрак</i>								
176М	каша вязкая пшеничная с тыквой на воде с		200	5.42	10.15	34.62	248	0.288

382	Какао на низкобелковом молоке		200	1.96	6.8	40	168.75	0.1
	Печенье безбелковое (в ассортименте)		50	0.5	7	33.5	198.5	0
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Итого за _Завтрак	77.09	580	10.560	31.900	139.130	822.970	0.448

День/неделя: Понедельник-2

_Завтрак

201	Омлет белковый паровой		100	7.9	7.56	3.16	112.28	0.06
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
	Сыр безбелковый		30	6.9	8.7		105.9	0.01
	Кофейный напиток с молоком безбелковым		200	0	0	15	60	0
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
	Итого за _Завтрак	77.09	460	17.480	24.210	49.170	485.900	0.130

День/неделя: Вторник-2

_Завтрак

178	каша вязкая из пшеничной крупы с маслом		200	4.8	11	33.8	253.8	1.5
377	чай с сахаром и молоком		200	0.3	0.1	15.2	59	0.004
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
	Итого за _Завтрак	77.09	530	7.780	19.050	80.010	520.520	1.564

День/неделя: Среда-2

_Завтрак

185	Запеканка из пшена с маслом		200	7.24	14.22	44.78	336	0.14
378	чай с молоком и сахаром		200	1.52	1.35	15.9	81	0.04
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
14	Масло сливочное		10	0.08	7.25	0.13	66	0
	Итого за _Завтрак	77.09	430	9.940	23.020	70.690	528.720	0.200

День/неделя: Четверг-2

_Завтрак

201	Запеканка из картофеля		200	11.9	9.47	52.8	278.76	0.391
376	Чай с сахаром		200	0.07	0.02	15	60	0
	Хлеб низкобелковый		20	1.58	0.2	9.66	46.76	0.02
14	Масло сливочное		7	0.06	5.08	0.09	46.2	0
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
	Итого за _Завтрак	77.09	527	15.110	15.270	98.550	527.720	0.451

День/неделя: Пятница-2

_Завтрак

	Каша тыквенная на воде, с сахаром, с маслом		200	5.42	10.15	34.62	248	0.288
	Кофейный напиток с молоком безбелковым		200	0	0	15	60	0
	Хлеб низкобелковый		20	1.1	0.2	9.88	45.72	0.02
	Печенье безбелковое (в ассортименте)		50	0.5	7	33.5	198.5	0
	Фрукты в ассортименте		100	1.5	0.5	21	96	0.04
	Итого за _Завтрак	77.09	570	8.520	17.850	114.000	648.220	0.348

	Итого			106.890	220.490	949.030	6050.130	5.332
--	--------------	--	--	----------------	----------------	----------------	-----------------	--------------

	Итого за завтрак			106.89	220.49	949.03	6,050.13	5.33
	Среднее значение за завтрак			10.69	22.05	94.90	605.01	0.53

Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe

0.34	0.05	0.3	27.34	124	44.6	1.4
			6.48	17.34	4.99	1.410
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.220
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.020
0	0	0	0	0	0	0.000
10	0	0.4	8	28	42	0.600
10.340	0.090	1.070	48.820	189.740	98.190	2.250

11.35	0	0	22.5	15.4	12	3.05
0	0	0	0.9	0.1	0.5	0.3
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0	0	0	0	0	0	0
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
11.350	0.040	0.370	30.400	35.900	19.100	3.590

0.62	-	-	23.88	30.29	82.11	1.19
2.9	0	0.01	7.8	5.2	9.7	0.9
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
10	0	0.4	8	28	42	0.6
13.520	0.040	0.780	46.680	83.890	140.410	2.930

0.07	9.2	0.47	23.36	126.9	49.72	1.51
7.68	0.011	1.8	19.14	48.96	16.13	0.64
0.03	0	0	11.1	2.8	1.4	0.28
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
10	0	0.4	8	28	42	0.6
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
17.780	9.251	3.040	68.600	227.060	115.850	3.270

0.96	0.8	0.326	25.6	129.4	46.68	1.51
------	-----	-------	------	-------	-------	------

			6.48	17.34	4.99	1.41
0	0	0	0	0	0	0
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
10	0	0.4	8	28	42	0.6
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
10.960	0.840	1.096	47.080	195.140	100.270	3.760

0.78	0.13		98.95	148.08	14.28	1.26
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0.48	0.08	0	30	162	15	0.33
0	0	0	0.9	0.1	0.5	0.3
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
10	0	0.4	8	28	42	0.6
11.260	0.250	0.770	144.850	358.580	78.380	2.730

0.34	0.05	0.3	27.34	124	44.6	1.4
2.9	0	0.01	7.8	5.2	9.7	0.9
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
10	0	0.4	8	28	42	0.6
13.240	0.090	1.080	50.140	177.600	102.900	3.140

0.02	0.01	1.58	39	140.5	47.3	1.76
1.33	0.001	0	126.6	92.8	15.4	0.41
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0	0.04	0.11	2.4	3	0	0.02
1.350	0.051	1.950	172.600	253.700	69.300	2.410

21.84	0.05	0.854	180.38	554.4	128.95	6.85
0.03	0	0	11.1	2.8	1.4	0.28
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0	0.028	0.11	2.4	3	0	0.02
10	0	0.4	8	28	42	0.6
31.870	0.078	1.624	206.480	605.600	178.950	7.970

0.96	0.8	1.47	25.6	129.4	46.68	1.51
0	0	0	0.9	0.1	0.5	0.3
0	0	0.26	4.6	17.4	6.6	0.22
0	0	0	0	0	0	0
10	0	0.4	8	28	42	0.6
<i>10.960</i>	<i>0.800</i>	<i>2.130</i>	<i>39.100</i>	<i>174.900</i>	<i>95.780</i>	<i>2.630</i>

132.630	11.530	13.910	854.750	2302.110	999.130	34.680
----------------	---------------	---------------	----------------	-----------------	----------------	---------------

<i>132.63</i>	<i>11.53</i>	<i>13.91</i>	<i>854.75</i>	<i>2,302.11</i>	<i>999.13</i>	<i>34.68</i>
<i>13.26</i>	<i>1.15</i>	<i>1.39</i>	<i>85.48</i>	<i>230.21</i>	<i>99.91</i>	<i>3.47</i>

