

МЕНЮ 3-го дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
	ОБЕД																
	Шти из свежей капусты и картофеля	1/250	2,50	5,37	10,00	88,00	0,05	20,50	0,00	0,80	6,50	185,00	25,00	1,10	20,00		
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75	8,00		
	Хлеб пшеничный	30	3,80	0,70	16,70	90,00									2,00		
	Итого		6,48	6,07	27,00	236,00	0,05	20,59	0,00	0,80	11,04	192,55	29,03	1,85	30,00		
	Всего		6,48	6,07	27,00	236,00	0,05	20,59	0,00	0,80	11,04	192,55	29,03	1,85	30,00		

МЕНЮ 4-го дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
	ОБЕД																
	Печенье сахарное	40	4,20	6,30	32,70	206,00	0,33		0,04	1,75	24,60	68,57	10,46	0,94	5,00		
	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,20	5,60	22,30	167,00	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,25	15,00		
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75	8,00		
	Хлеб пшеничный	41	2,90	0,50	12,80	69,00									2,00		
	Итого		13,48	12,40	68,10	500,00	0,48	1,09	0,04	2,75	111,64	403,62	61,99	3,94	30,00		
	Всего		13,48	12,40	68,10	500,00	0,48	1,09	0,04	2,75	111,64	403,62	61,99	3,94	30,00		

МЕНЮ 5-го дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
	ОБЕД																
	Борщ с капустой и картофелем	1/250	2,00	5,20	20,46	106,00	0,05	10,80	0,00	0,80	58,00	200,00	30,00	1,30	20,00		
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75	8,00		
	Хлеб пшеничный	39	2,80	0,20	14,10	78,00									2,00		
	Итого		4,98	5,40	34,86	242,00	0,05	10,89	0,00	0,80	62,54	207,55	34,03	2,05	30,00		
	Всего		4,98	5,40	34,86	242,00	0,05	10,89	0,00	0,80	62,54	207,55	34,03	2,05	30,00		

МЕНЮ 6-го дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
ОБЕД																	
	Печенье сахарное	40	4,20	6,30	32,70	206,00	0,33		0,04	1,75	24,60	68,57	10,46	0,94	5,00		
	Суп из овощей	1/250	2,20	4,40	12,40	99,00	0,06	7,20	0,00	0,00	17,90	0,00	0,00	0,62	15,00		
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75	8,00		
	Хлеб пшеничный	30	2,90	0,50	12,80	69,00									2,00		
	Итого		9,48	11,20	58,20	432,00	0,39	7,29	0,04	1,75	47,04	76,12	14,49	2,31	30,00		
	Всего		9,48	11,20	58,20	432,00	0,39	7,29	0,04	1,75	47,04	76,12	14,49	2,31	30,00		

МЕНЮ 7-го дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
ОБЕД																	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,90	2,50	21,00	120,00	0,13	12,00	0,00	0,80	35,00	205,00	38,00	1,20	20,00		
	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	36,40	144,00		1,60							8,00		
	Хлеб пшеничный	28	2,90	0,50	12,80	69,00									2,00		
	Итого		6,40	3,00	70,20	333,00	0,13	13,60	0,00	0,80	35,00	205,00	38,00	1,20	30,00		
	Всего		6,40	3,00	70,20	333,00	0,13	13,60	0,00	0,80	35,00	205,00	38,00	1,20	30,00		

МЕНЮ 8-го дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
ОБЕД																	
	Щи из свежей капусты и картофеля	1/250	2,50	5,37	10,00	88,00	0,05	20,50	0,00	0,80	6,50	185,00	25,00	1,10	20,00		
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75	8,00		
	Хлеб пшеничный	41	2,90	0,50	12,80	69,00									2,00		
	Итого		5,58	5,87	23,10	215,00	0,05	20,59	0,00	0,80	11,04	192,55	29,03	1,85	30,00		
	Итого		5,58	5,87	23,10	215,00	0,05	20,59	0,00	0,80	11,04	192,55	29,03	1,85	30,00		

МЕНЮ 9-го дня

№	Наименование	Масса	Пищевые	Витамины	Минеральные
---	--------------	-------	---------	----------	-------------

п/п	блюда	порции	вещества			Ккал	Витамины (мг)										вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Мг	Мг	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							
	ОБЕД																					
	Печенье сахарное	40	4,20	6,30	32,70	206,00	0,33		0,04	1,75	24,60	68,57	10,46	0,94		5,00						
	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,20	5,60	22,30	167,00	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,25		15,00						
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75		8,00						
	Хлеб пшеничный	39	2,80	0,20	14,10	78,00										2,00						
	Итого		13,38	12,10	69,40	509,00	0,48	1,09	0,04	2,75	111,64	403,62	61,99	3,94		30,00						
	всего		13,38	12,10	69,40	509,00	0,48	1,09	0,04	2,75	111,64	403,62	61,99	3,94		30,00						

МЕНЮ 10-20 дня

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Мг	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							
	ОБЕД																					
	Борщ с капустой и картофелем	1/250	2,00	5,20	20,46	106,00	0,05	10,80	0,00	0,80	58,00	200,00	30,00	1,30		20,00						
	Чай с сахаром	200	0,18		0,30	58,00		0,09			4,54	7,55	4,03	0,75		8,00						
	Хлеб пшеничный	33	3,80	0,70	16,70	90,00										2,00						
	Итого		5,98	5,90	37,46	254,00	0,05	10,89	0,00	0,80	62,54	207,55	34,03	2,05		30,00						
	всего		5,98	5,90	37,46	254,00	0,05	10,89	0,00	0,80	62,54	207,55	34,03	2,05		30,00						