

Наименование блюда	номер по СР	выход (Гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	А	В	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Пятый день														
Завтрак														
Каша рисовая жидкая молочная с маслом	302	160	3,89	7,66	24,67	191,24	44,19	0,05	0,89	0,16	99,12	22,95	105,25	0,36
Сок фруктовый	707	200	0,44	0,00	28,88	116,00	0,00	0,00	0,40	0,00	44,80	6,00	15,40	1,26
Хлеб пшеничный		20	1,82	0,20	9,66	46,76	0,00	0,02	0,00	0,26	4,60	6,60	17,40	0,22
Итого:			6,15	7,86	63,21	354,00	44,19	0,07	1,29	0,42	148,52	35,55	138,05	1,84
Обед														
Винегрет овощной	71	60	0,82	6,07	4,52	76,00	0,54	0,03	7,77	2,72	16,83	11,12	24,65	0,46
Рассольник ленинградский со сметаной	132	200/5	1,88	5,10	13,92	113,00	0,07	0,07	13,44	0,17	23,10	21,80	55,31	0,81
Картофельное пюре	520	80(50/30)	3,03	4,93	24,49	159,00	0,08	0,18	30,00	0,12	15,62	34,52	88,00	1,36
Гуляш	437 *	150	14,75	13,14	3,30	191,00	0,06	0,09	0,73	0,25	17,86	4,10	12,93	0,31
Компот из кураги	638	200	0,16	0,16	27,87	109,00	0,01	0,01	6,60	0,08	6,88	3,60	4,40	0,95
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126,00	0,00	0,04	0,00	0,78	14,40	11,40	52,20	2,24
Итого:			23,46	30,00	74,70	774,00	0,76	0,42	58,54	4,12	94,69	86,54	237,49	6,13
Полдник														
Пирожки с капустой мясом	738 *	60	6,94	5,84	23,64	176	0,02	0,08	14,2	0,84	25,43	11,06	47,51	0,72
Сок фруктовый		200	1,4		26,4	120	0	0,12	80		36	22	26	
Итого:			8,34	6,04	50,04	296	0,02		94,2	1,24	61,43	33,06	73,51	1,32