

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	210	5,34	9,58	35,01	251,00	58,00	0,06	1,17	0,21	133,19	30,12	134,85	0,47
Сок фруктовый	692	200	0,60	0,40	32,60	136,40	0,00	0,40	4,00	0,40	40,00	18,00	24,00	0,80
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:			7,76	10,18	77,27	434,16	58,00	0,48	5,17	0,87	177,79	54,72	176,25	1,49
Обед														
Винегрет овощной	71	100	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	10/250	5,06	5,09	11,98	157,00	0,09	8,38	0,00	2,42	38,73	56,73	24,78	0,96
Картофельное пюре	520	200	4,63	11,36	26,44	242,00	70,00	0,20	24,92	0,34	58,32	38,36	118,79	1,44
Гуляш	437	100	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	1,04	0,00	30,96	123,00	0,70	0,02	0,80	1,10	32,40	21,00	29,20	0,70
Хлеб ржаной		120	5,64	1,20	1,20	252,00	0,00	0,08	0,00	1,56	28,80	22,80	104,40	4,48
Итого:			31,94	36,86	78,40	1041,00	71,39	8,80	34,22	8,39	192,94	154,11	314,75	8,35
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	707	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