

Утверждено
Директор ООО "Машарашевская СДН"
Ин/1 Ибраимова А.А.

№ реп.	Наименование блюда				Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	С	В1	Р	Fe		Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A
	18 сентября 2021г.															
	Завтрак															
35	Каша рисовая молочная				200,00	21,10	21,00	38,00	285,00	46,93	0,05	25,18	2,83	0,19	1,67	-
	Масло сливочное				5,00	0,06	5,50	0,77	-	0,50	0,00	1,15	0,00	0,00	0,00	31,00
43	Кисель фруктовый				200,00	0,00	0,00	28,00	94,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб				60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Кексы				60,00	0,30	1,12	17,94	25,08	-	-	-	-	-	-	-
	Яблоко				110,00	0,52	0,52	11,99	35,74	12,58	0,00	11,84	2,81	0,04	13,32	0,00
	ИТОГО 1 день :					27,74	28,84	125,93	602,06	19,38	6,70	43,49	4,21	0,33	14,99	31,00

31	Суп картофельный с мясными					227,00	2,91	8,7	21,02	229,24	17,82	0,12	17,37	-					
32	Греческий салат					80,00	3,28	6,02	38,70	119,20	41,22	0,00	1,17	0,00					
3	Рыбная котлета					30,00	13,87	11,20	18,32	126,00	32,10	0,06	238,46	0,10	3,22	0,01			
	Хлеб					60,00	2,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00		
	Сок овощной					120,00	0,80	0,00	0,62	64,00	2,80	0,00	0,00	0,00	1,72	0,00			
	Варен					20,00	0,82	2,40	12,00	61,22	0,12	-	-	-	-	-			
40	Сок томатный					22,00	1,20	0,08	4,20	6,80	41,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,20		
	Итого на 1 день :					28,64	25,62	123,12	229,02	164,46	22,02	2,22	268,96	0,20	24,26	2,21			