

Утверждено  
 Директор ИИИТ М.А. Мамаева  
 С.А. Курдюмова А.А.



№ рец.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
11 декабря 2021г.													
<b>Завтрак</b>													
15	Биточек куриный	45,00	12,15	10,15	10,62	108,00	21,85	27,68	39,60	0,97	0,05	5,63	0,00
10	Макароны с сыром	140,00	5,16	4,23	24,73	107,53	4,54	19,74	34,75	1,04	0,06	0,00	19,64
	Сыр	20,00	4,55	4,61	0,00	72,15	10,32	4,11	5,88	0,00	0,17	0,11	3,33
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	0,00	0,33	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	20,46
	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
20	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	28,00	11,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00
	Груша	100,00	3,78	3,83	0,00	59,88	8,57	3,41	4,88	0,00	0,14	0,09	2,76
	<b>ИТОГО 1 день :</b>		<b>31,44</b>	<b>27,15</b>	<b>78,54</b>	<b>537,80</b>	<b>62,91</b>	<b>61,64</b>	<b>116,37</b>	<b>4,11</b>	<b>0,52</b>	<b>5,83</b>	<b>46,19</b>