

Утверждено
 ЛМОУ "Матвеевская волость"
 Иудримова А.А.

№ реп.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A

26 января 2022г

Завтрак

1	Рыбная котлета	45,00	12,48	10,08	16,49	140,40	46,89	53,79	214,61	0,86	0,09	3,02	0,01
2	Пюре картофельное	110,00	4,53	8,35	39,61	164,50	56,88	0,00	0,00	1,61	0,22	35,18	0,00
3	Хлеб с маслом	40,00	3,80	0,46	19,29	147,84	4,16	4,42	20,13	0,92	0,07	0,00	0,00
4	Масло сливочное	11,00	4,17	7,68	36,44	151,34	52,33	0,00	0,00	1,48	0,20	32,37	0,00
5	Сок осветленный	160,00	0,89	0,00	9,90	61,85	6,19	0,00	0,00	0,00	0,00	1,77	0,00
6	Яблоко	90,00	0,43	0,43	10,05	30,16	10,05	0,00	9,42	2,26	0,02	10,68	0,00
ИТОГО 1 день :			26,30	27,00	131,78	696,09	176,50	58,21	244,16	7,13	0,60	83,02	0,01

Обед

1	Суп картофельный с курицей	200,00	2,42	1,90	5,21	96,95	17,23	20,74	51,18	0,78	0,09	8,00	0,00
2	Каша пшеничная с маслом	120,00	5,28	3,50	28,22	140,98	0,98	0,02	129,60	1,94	0,09	0,00	0,02
3	Масло сливочное	2,00	0,03	3,22	0,45	0,00	0,29	0,00	0,67	0,00	0,00	0,00	18,14
4	Сосиска	55,00	11,22	14,58	7,93	145,42	13,20	11,00	87,45	0,99	0,02	0,00	0,00
5	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	152,32	4,28	4,56	20,74	0,95	0,07	0,00	0,00
6	Сок с мякотью	140,00	0,71	0,00	12,10	53,15	3,50	0,00	0,00	0,14	0,00	2,80	0,00
7	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого на 1 день:			25,92	27,52	82,04	674,02	39,48	36,32	289,64	4,80	0,27	10,80	18,16