

Университет
 Директор Института "Информационные технологии"
 (Кузнецова А.А.)

№ рец.	Наименование блюда				Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
	А	С	В1	В2		Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	С	А
4 апреля 2022г.																
Завтрак																
35	Суп молочный с рисом				200,00	4,82	3,21	30,11	132,40	158,82	23,10	137,46	0,25	0,06	0,91	0,30
	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
	Масло сливочное				3,00	0,04	3,41	0,48	0,00	0,31	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	0,15
	Вафли				20,00	0,82	5,40	12,00	61,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок осветленный				161,00	1,08	0,00	13,01	86,34	7,82	0,00	0,00	0,00	0,00	2,37	0,00
	Йогурт				95,00	3,55	1,65	9,82	49,59	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО 1 день :					14,23	14,15	85,30	481,90	171,23	27,66	158,91	1,20	0,13	3,28	0,45
Обед																
27	Борщ с капустой и картофелем				200,00	1,45	12,85	21,20	184,30	35,50	21,00	42,56	0,95	0,04	8,23	0,00
9	Каша ячневая рассыпчатая				120,00	6,03	4,53	28,94	186,29	10,49	54,57	168,55	3,19	0,15	0,00	0,02
2	Люля				45,00	7,00	6,55	7,07	102,94	19,69	14,45	74,87	0,68	0,05	0,07	0,12
	Масло сливочное				3,00	0,05	4,83	0,68	0,00	0,44	0,00	1,01	0,00	0,00	0,00	0,15
	Сок осветленный				147,00	0,99	0,00	11,97	79,43	7,19	0,00	0,00	0,00	0,00	2,18	0,00
	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
	ИТОГО 1 день :					19,44	29,24	89,74	705,28	77,59	94,58	307,73	5,77	0,31	10,48	0,29