

9 день

9 день															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	3,8	0,5	24,0	114,8	0,1	0,0	0,0	0,7	18,3	6,1	29,6	0,7	202	2011
	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008
	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	350	6,9	0,7	50,9	236,6	0,2	0,0	0,0	1,5	33,5	20,7	63,2	1,5		
Итого за прием пищи:		6,9	0,7	50,9	236,6	0,2	0,0	0,0	1,5	33,5	20,7	63,2	1,5		

10 день

10 день															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	3,1	3,9	14,8	105,2	0,0	0,3	0,0	0,5	57,5	8,6	49,0	0,3	189	2008
	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008
	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	350	6,2	4,1	41,7	227,0	0,1	0,3	0,0	1,3	72,7	23,2	82,6	1,1		
Итого за прием пищи:		6,2	4,1	41,7	227,0	0,1	0,3	0,0	1,3	72,7	23,2	82,6	1,1		

11 день

11 день															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	2,9	3,8	18,5	119,4	0,0	0,2	0,0	0,2	53,5	15,4	64,1	0,2	184	2008
	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008
	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	350	6,0	4,0	45,4	241,2	0,1	0,2	0,0	0,2	1,0	68,7	30,0	97,7	1,0	
Итого за прием пищи:		6,0	4,0	45,4	241,2	0,1	0,2	0,0	0,2	1,0	68,7	30,0	97,7	1,0	

12 день

12 день															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак															
	100/3	10,8	3,2	22,5	161,8	0,3	0,0	0,0	4,5	44,0	38,6	99,8	3,1	270	
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ															
Итого за прием пищи:	350	13,9	3,4	49,4	283,6	0,4	0,0	0,0	5,3	59,2	53,2	133,4	3,9		
Всего за день:		13,9	3,4	49,4	283,6	0,4	0,0	0,0	5,3	59,2	53,2	133,4	3,9		