ДЕНЬ № 7

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
9	Икра свекольная	60	1,3	4,3	7,3	72,5	0,02	9,87	0	2,1	30,16	38,67	19,49	1,11
35	Суп куриный с вермишелью	200	4,8	7,6	9	123,6	0,04	1,92	0	0,42	32,18	49,14	14,76	0,64
85	Печень тушеная в сметанном соусе	80/30	16,83	9,46	4,07	168,85	0,19	8,3	5,87	1,26	35,72	249,83	20,99	5,37
50 / 52	Пюре картофельное с маслом/ Картофель запеченный	150	3,3 / 3,15	7,8 / 4,5	22,35 / 17,55	173,1 /122,85	0,14 /0,16	18,15 / 25,3	4,41 / 0	1,13 / 5,53	36,36 / 16,26	85,5 / 42,04	27,8 / 35,32	1,14 / 15,9
110	Компот фруктово - ягодный (смородина-слива)	200	0,4	0	18,6	85	0	2,62	0	0,25	13,34	2,74	3,74	0,22
119	Хлеб пшеничный	45	3,19	0,31	19,89	84	0,05	0	0	0,08	16,65	98,1	29,25	1,26
120	Хлеб ржаной	25	1,42	0,27	9,3	45,32	0,02	0,1	0	0,07	8,5	30	10,25	0,57
	Итого за прием пищи:		**31,24**	**29,74**	**90,51**	**752,37**	**0,46**	**40,96**	**10,28**	**5,31**	**172,91**	**553,98**	**126,28**	**10,31**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**32**								

ДЕНЬ № 8

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
17	Яйцо отварное	50	5,95	5,05	0,3	70,55	0,35	0	0,12	0,3	27,5	96	6	1,25
1	Сыр порциями	20	4,88	4,72	0	62	0	0,32	0,05	0	200	108,8	9,4	0,43
41	Суп картофельный с фасолью	200	6,8	5,4	8,8	111	0,12	7,2	0	0,3	57,04	126,88	34	1,54
81	Курица запеченная	80	20,7	21,4	0,9	278,2	0,05	1,12	0,01	1,32	25,2	167,52	19,28	1,1
54	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,2	5,1	33,9	210,3	0,21	0	0	1,74	14,55	208,87	139,99	4,68
108	Компот фруктово - ягодный (кизил)	200	0,2	0	20,8	84,4	0	9,24	0	0,04	17,64	5,06	2,86	0,12
119	Хлеб пшеничный	45	3,19	0,31	19,89	84	0,05	0	0	0,08	16,65	98,1	29,25	1,26
120	Хлеб ржаной	25	1,42	0,27	9,3	45,32	0,02	0,1	0	0,07	8,5	30	10,25	0,57
	Итого за прием пищи:		**50,34**	**42,25**	**93,89**	**945,77**	**0,8**	**17,98**	**0,18**	**3,85**	**367,08**	**841,23**	**251,03**	**10,95**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**40,2**								

ДЕНЬ № 9

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
28	Огурцы порционные	60	0,4	0,1	1	6,2	0,01	4,2	0,01	0	10,2	25,2	0	0,3
32	Свекольник с мясом и сметаной	200	6,2	8,8	9,8	142,6	0,06	8,66	0	1,12	44,84	68,9	26	1,16
78/75	Биточек из рыбы Бриз (минтай, лук, морковь)/Рыба тушеная с овощами (минтай, лук, морковь)	80,80/30	13,36 /15,18	8,88 /3,52	12,96 /5,61	184,96 /114,29	0,07 /0,03	0,3 /2,93	0	3,08 /3,55	49,52 /31,52	139,6 /127,66	25,58 /20,75	0,84 /0,59
53	Рис с маслом	150	3,3	4,95	32,25	186,45	0,03	0	0	1,72	4,95	79,83	26,52	0,52
104	Напиток витаминизированный плодово - ягодный (клюквенный)	200	0	0	19,4	77	0,16	9,18	0,16	0,8	0,78	0	0	0
119	Хлеб пшеничный	45	3,19	0,31	19,89	84	0,05	0	0	0,08	16,65	98,1	29,25	1,26
120	Хлеб ржаной	25	1,42	0,27	9,3	45,32	0,02	0,1	0	0,07	8,5	30	10,25	0,57
	Итого за прием пищи:		**27,87**	**23,31**	**104,6**	**726,53**	**0,4**	**22,44**	**0,17**	**6,87**	**135,44**	**441,63**	**117,6**	**4,65**
	Доля суточной потребности в энергии, %					**30,9**								