

№ п/п	№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
								В1	С	А	Е	Р	Са	Mg	Fr
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Девятый день

25.01.21

*молодог. воблок
159⁸⁵/39⁹⁶*

Завтрак

1	733\04	Оладьи с маслом	150/10	11,25	18,6	61,25	465	0,1	0,6	0	0	0	75,5	15,9	0,75
2	337\04	Яйцо вареное	40 (1 шт)	5,30	4,60	0,30	63	0,03	0,00	100,00	0,24	76,80	22,00	4,80	1,00
3	638\04	Компот из изюма	200	0,4	0	27,4	103	0,03	0	0,06	0,00	0	16,4	8,4	0,6
4	стр.72\04	Хлеб ржаной	27,5	1,05	0,15	8,20	42	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	5,04	5,60	0,81
5	стр.72\04	Хлеб пшеничный	25	1,50	0,15	10,50	50,82	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	5,60	4,50	0,27
		<i>Сок многодейств. 0,2</i>		14,2	18,75	96,85	723,82	0,316	0,63	0,06	0,00	0,00	96,94	29,9	2,16

Обед

1	110\04	Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	250\25\10	6,50	10,70	17,20	162	0,08	1,60	0,01	0,00	0,00	1,54	20,70	0,40
2	403\94	Голубцы «Ленивые»	250	21,7	16,75	16,5	312,5	0,08	3,6	0,07	0,00	0,00	16,2	4,04	2,65
4	685\04	Чай с сахаром	200	0,20		15,00	58	0,04	1,30	0,05	0,00	0,00	122,80	21,60	1,20
5	стр.72\04	Хлеб пшеничный	25	1,50	0,15	10,50	50,82	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	5,60	4,50	0,27
6	стр.72\04	Хлеб ржаной	27,5	1,05	0,15	8,20	42	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	5,04	5,60	0,81
	530	Горошек консервированный	50	1,40	1,15	2,30	26	-	-	-	-	-	-	-	-
				32,35	28,9	69,7	651,32	0,26	6,53	0,13	0,00	0,00	151,18	56,44	5,33

Цена:

969⁸⁴/51⁰⁴