

1-я неделя

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг										
			Б	Ж	У	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe										
Пятница	Меню на 5-й день																							
	Завтрак																							
041 2005	Плов с куриным филе	55/200	30,92	36,57	51,62	457,8	0,07	58	1,08	54,7	242	57,68											2,66	
959/1 2005	Какао с молоком	150	2,64	2,79	19,12	108,9	0,03	0,075	0,975	91,5	67,5	10,5	0,56											
	Хлеб	15	0,08	0,3	5,7	34,8																		
847 2005	Банан	100	1,5	0,5	21	95	0,04		10	8	28	42	0,02											
	Итого:		35,14	40,16	97,44	696,5																		
Суббота	Меню на 6-й день																							
	Завтрак																							
681 2005	Каша гречневая	150	4,53	9,82	22,25	188,6	0,37	0,06	12	150,6	218,85	52,7	2,6											
637 2006	Курица	35	10,55	6,8		103,13		10		19,5	71,5	10	0,9											
959/1 2005	Какао с молоком	150	2,64	2,79	19,12	108,9	0,03	0,075	0,975	91,5	67,5	10,5	0,56											
	Хлеб	15	0,08	0,3	5,7	34,8																		
847 2005	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	■	10	10	75,8		2,2											
	Итого:		15,76	17,32	51,75	482,43																		

