|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | **Наименование блюда** | **Масса, г** | **Пищевые вещества** | | | **Энерг. ценность, ккал** | **Минер. вещества, мг** | | | | **Витамины, мг** | | |  |  |
|  |  |  | Белки | Жиры | Углеводы |  | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |  |  |
|  |  |
|  |  | | | | | | | | | | | | |  |  |
| **29** | Суп гороховый с курицей | 245,00 | 4,39 | 4,22 | 13,06 | 125,50 | 30,46 | 28,20 | 69,74 | 1,62 | 0,18 | 4,65 | 0,00 |  |  |
| **10** | Макароны с маслом | 150,00 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 132,50 | 4,86 | 21,11 | 37,17 | 1,11 | 0,06 | 0,00 | 21,00 |  |  |
|  | Масло сливочное | 5,00 | 0,05 | 4,00 | 0,75 | 37,50 | 0,50 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 29,50 |  |  |
| **2** | Котлета | 65,00 | 7,78 | 5,78 | 7,85 | 114,38 | 21,88 | 16,0 6 | 83,19 | 0,75 | 0,05 | 0,08 | 14,38 |  |  |
| **26** | Салат свекольный | 64,00 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 21,09 | 12,54 | 24,58 | 0,80 | 0,01 | 5,70 | 0,00 |  |  |
|  | Хлеб | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |  |  |
|  | Яблоко | 50,00 | 0,20 | 0,20 | 4,90 | 23,50 | 5,00 | 0,00 | 75,80 | 2,20 | 0,03 | 10,00 | 0,00 |  |  |
| **16** | Какао | 200,00 | 4,50 | 3,79 | 24,50 | 132,87 | 113,00 | 0,00 | 0,00 | 0,90 | 0,04 | 1,20 |  |  |  |
|  | **Итого на 1 день:** |  | **29,06** | **26,86** | **111,76** | **784,83** | **203,09** | **68,55** | **321,98** | **8,78** | **0,47** | **21,63** | **64,88** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |