|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № 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 |  |
|  |
|   |   |  |
| **34** | Суп крестьянский с ячневой крупой | 220,00 | 4,79 | 6,03 | 8,3 | 91,2 | 32,07 | 5,42 | 34,98 | 0,30 | 0,06 | 0,03 | 1,02 |  |
|  | Рис рыссыпчатый  | 150,00 | 5,82 | 4,30 | 22,30 | 185,60 | 93,84 | 76,81 | 261,39 | 2,39 | 0,39 | 0,00 | 0,09 |  |
| **7** | Тефтели | 65,00 | 7,78 | 7,21 | 7,85 | 114,38 | 21,88 | 16,0 6  | 83,19 | 0,75 | 0,05 | 0,08 | 14,38 |  |
| **7** | Соус сметанно-томатный  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
| **16** | Компот из сухофруктов  | 200,00 | 0,70 | - | 8,62 | 94,20 | 0,02 | 1,00 | - | 0,00 | 30,90 | 17,20 | 22,00 |  |
| **21** | Винегрет овощной  | 60,00 | 0,82 | 5,36 | 5,06 | 35,20 | 13,92 | 12,45 | 26,98 | 0,51 | 0,04 | 6,15 | 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 | 117,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 28,50 | 10,00 | 0,00 | 151,60 | 4,40 | 0,06 | 20,00 | 0,00 |  |
|  | Пряник  | 40,00 | 25,50 | 2,00 | 19,84 | 68,90 |   |   |   |   |   |   |   |  |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|   | **Итого на 1 день:** |  | **51,57** | **26,00** | **111,00** | **780,22** | **178,03** | **102,38** | **588,64** | **9,75** | **31,60** | **43,46** | **37,49** |  |