

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A, мг	P, мкг	T, мкг	B1, мг	C, мг			
Неделя																		
День																		
Бед	ТТК 675	100	0,78	0,10	3,43	15,61	22,54	13,72	0,00	0,59	0,00	0,00	0,00	0,03	9,80			
Пурец свежий	ТТК 639/1	225	4,37	2,39	23,27	100,08	25,45	26,10	66,31	1,56	10,80	0,00	0,00	0,16	3,78			
Уп гороховый с зеленью	ТТК 631	25	3,41	2,43	0,15	72,08	5,49	7,38	54,83	0,91	0,00	0,00	0,00	0,01	0,07			
овядина отварная для I блюда	ТТК 521	250	12,92	15,67	56,93	458,73	36,88	163,03	363,00	5,92	4,50	0,00	0,00	0,30	1,50			
лаша гречневая с филе индейки	ТТК 624	200	0,49	0,03	21,64	81,84	28,56	18,28	25,50	0,58	0,01	0,00	0,00	0,01	0,32			
омпот из смеси сухофруктов	ТТК 500	50	7,23	9,60	15,17	177,55	0,57	0,00	0,52	0,00	4,80	0,00	0,00	0,02	0,42			
линчики со сгущенным молоком	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Глеб стогоичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Глеб стогоичный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием		900	32,60	30,72	143,63	1 017,89	119,48	228,50	510,15	9,56	20,11	0,00	0,02	0,51	15,89			
День																		
Бед	ТТК 674	60	0,54	0,08	2,38	11,54	9,77	8,87	17,75	0,39	0,00	0,00	0,00	0,02	4,20			
овощное ассорти (огурец, помидор)	ТТК 637/1	200	4,55	4,34	16,72	104,42	24,50	15,54	32,98	0,73	0,00	0,00	0,00	0,03	6,03			
юрш со свежей капустой и картофелем с зеленью	ТТК 631	15	2,04	1,46	0,09	43,25	3,29	4,43	32,90	0,55	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04			
овядина отварная для I блюда	ТТК 664	15	0,37	1,98	0,49	21,51	11,62	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02			
Метана	ТТК 547	100	14,99	15,81	5,27	256,00	3,84	0,00	0,00	0,12	0,00	0,00	0,00	0,01	0,32			
Гретики Детские	ТТК 586	200	4,17	6,06	65,74	337,73	26,02	44,82	0,00	1,79	0,00	0,00	0,00	0,19	17,76			
картофель запеченный из отварного	ТТК 629	200	0,43	0,09	8,85	74,30	12,03	6,87	12,03	2,41	0,00	0,00	0,00	0,02	3,44			
Напиток фруктовый Витаминка	ТТК 1069	90	0,00	0,00	8,55	34,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Торе Фрукта	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб стогоичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием		930	30,48	30,32	131,13	994,95	91,06	80,54	95,65	6,01	0,00	0,00	0,00	0,28	31,81			
3 День																		
Бед	ТТК 642/1	200	7,71	7,23	22,42	184,42	25,84	14,41	31,72	0,54	0,00	0,00	0,00	0,04	9,71			
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	ТТК 631	25	3,41	2,43	0,15	72,08	5,49	7,38	54,83	0,91	0,00	0,00	0,00	0,01	0,07			
Говядина отварная для I блюда	ТТК 664	25	0,61	3,30	0,82	35,85	19,36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04			
Сметана	ТТК 566/1	100	9,50	11,03	3,35	153,69	34,74	40,46	151,40	0,77	6,99	0,00	0,00	0,08	3,07			
Рыба тушеная в томате с овощами	ТТК 582	190	2,60	5,13	46,43	242,09	7,44	29,03	0,00	0,60	13,68	0,00	0,00	0,04	0,01			
Рис припущенный	ТТК 582	190	2,60	5,13	46,43	242,09	7,44	29,03	0,00	0,60	13,68	0,00	0,00	0,04	0,01			
Напиток Мипшутка	ТТК 1031	200	0,55	0,10	14,61	59,75	7,79	4,05	7,09	1,24	0,04	0,00	0,00	0,01	2,00			
Груша	ТТК 665	100	0,40	0,30	13,10	50,69	19,00	12,00	16,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,02	5,00			
Хлеб Прибрежный обогащенный йодом	ТТК 607	30	2,21	0,59	15,38	75,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием		895	28,71	30,36	128,26	931,57	119,66	107,33	261,04	6,41	20,71	0,00	0,00	0,20	19,89			

