

№ по сб. рел., ТТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В ₁	А	С	Са	Mg	Fe	
День 1													
	Десерт фруктовый (Яблоко)	100	0,00	0,00	8,07	32,30	0,07	0,00	11,00	60,00	5,47	0,27	
7/10	Сыр порционный	30	7,80	9,00	0,00	112,20	0,18	0,00	0,00	179,28	52,50	0,72	
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские" с маслом	2/50/5	12,05	11,90	10,03	195,50	0,11	0,02	0,60	14,08	26,69	1,81	
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,36	7,44	42,36	261,84	0,11	0,00	0,00	23,76	10,68	0,43	
ТТК437	Чай полушадский с молоком	200	1,63	1,25	7,18	46,00	0,02	0,01	0,54	76,50	8,80	0,43	
	Итого:	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27	
			30,47	29,77	85,94	714,00	0,54	0,03	12,14	364,72	108,34	3,93	
День 2													
45/04	Салат из квашеной капусты	100	1,16	5,00	8,00	81,30	0,00	0,03	21,26	92,66	6,33	0,00	
ТТК-338к	Раци из мякоти птицы	50/150	10,00	12,00	19,00	244,00	0,13	0,06	0,00	49,32	22,00	1,18	
ТТК-253н	Чай "Витаминный" полушадский	200	1,14	0,08	15,22	66,16	0,02	0,00	0,85	34,62	23,20	1,06	
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27	
ТТК-235н	Блинчики с повидлом	63	2,5	1,5	30,6	145,5	0,05	0,05	0,03	132,0	23,0	1,00	
	Итого:		17,43	18,71	91,14	646,00	0,26	0,14	22,14	319,70	78,73	3,51	
День 3													
	Десерт фруктовый (Апельсин)	120	0,47	0,00	12,86	50,40	0,04	0,00	23,40	27,20	10,40	0,24	
35/10.	Салат из отварной свеклы с яблоками	100	1,00	5,16	17,83	121,98	0,02	0,00	9,30	28,93	17,06	1,50	
ТТК247н	Гречка с говядиной "Батыр"	50/150	22,32	17,51	39,89	406,43	0,16	0,09	1,18	147,68	37,99	1,52	
ТТК475	Чай полушадский	200	0,18	0,00	4,78	19,90	0,01	0,00	0,04	5,25	4,40	0,01	
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27	
	Итого:		26,60	22,85	93,66	684,05	0,29	0,09	14,48	220,16	74,05	3,54	
День 4													
ТТК-130	Салат "Метелка" (капуста св., морковь св., свекла отв., масло раст.)	100	1,00	4,00	8,00	70,00	0,06	0,00	7,17	27,90	18,50	1,30	
ТТК 730	Фрикадельки рыбные "Канелька" с соусом томатным	50/50	10,04	6,40	3,65	112,36	0,09	0,25	4,00	189,60	12,20	1,19	
520/04	Пюре картофельное	180	3,84	8,16	26,28	196,80	0,19	0,11	13,08	57,96	19,56	1,48	
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	0,01	0,00	2,83	8,45	1,36	0,07	
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27	
	Печенье сахарное	18	2,00	1,27	18,77	94,78	0,05	0,00	0,08	33,96	7,50	0,37	
	Итого:		19,81	20,01	90,20	646,00	0,46	0,36	27,16	328,97	63,32	4,68	
День 5													
	Десерт фруктовый (Яблоко)	150	0,00	0,00	12,11	48,45	0,11	0,00	16,50	90,00	8,21	0,41	
ТТК-65	Морковь, тертая с сахаром	100	1,00	0,10	11,50	50,00	0,03	0,00	7,42	26,10	36,50	0,68	