



## ДЕНЬ 3

[illegible]

## ДЕНЬ 4

[illegible]

## ДЕНЬ 5

[illegible]

## ДЕНЬ 6

[illegible]

## ДЕНЬ 7

[illegible]

## ДЕНЬ 8

[illegible]

## ДЕНЬ 9

[illegible]

## ДЕНЬ 10

[illegible]

## ДЕНЬ 11

[illegible]

## ДЕНЬ 12

[illegible]

## ДЕНЬ 13

| №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюд                            | Выход,<br>г | Пищевые вещества, г |       |              | Энергетическа<br>я ценность,<br>ккал | Витамины, мг |       |           |                    |           | Минеральные вещества, мг |            |           |      |            |            |            |           |
|--------------------|----------------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------------|--------------------------------------|--------------|-------|-----------|--------------------|-----------|--------------------------|------------|-----------|------|------------|------------|------------|-----------|
|                    |                                              |             | Белки               | Жиры  | Углевод<br>ы |                                      | В1           | В2    | С         | А,<br>рэт<br>. экв | Д,<br>мкг | Ca                       | Р          | Mg        | Fe   | К          | І          | Se         | F         |
|                    | Завтрак                                      |             |                     |       |              |                                      |              |       |           |                    |           |                          |            |           |      |            |            |            |           |
| 24                 | Фрукты в ассортименте<br>(яблоко)            | 150         | 0,6                 | 0     | 16,95        | 69,00                                | 0,01         | 0,03  | 19,5      | 0                  | 0         | 24                       | 16,5       | 13,5      | 3,3  | 417        | 0,003<br>5 | 0,000<br>5 |           |
| 69                 | Запеканка из творога со<br>сгущенным молоком | 150         | 25,71               | 11,96 | 32,3         | 342,12                               | 0,07         | 0,34  | 0,43      | 60                 | 0,27      | 233,4<br>7               | 283,0<br>3 | 33,3<br>6 | 0,82 | 131,0<br>5 | 0,009<br>1 | 0,031      | 0,03      |
| 116                | Горячий шоколад                              | 200         | 3,2                 | 3,2   | 14,6         | 100,8                                | 6,5          | 0,32  | 1,08      | 40                 | 0,1       | 178,4<br>4               | 136,9      | 25,2      | 0,42 | 319,2      | 0,016      | 0,004      | 0,04      |
| 121                | Батон пшеничный                              | 20          | 1,44                | 0,13  | 9,83         | 50,44                                | 0,04         | 0,007 | 0         | 0                  | 0         | 7,5                      | 24,6       | 9,9       | 0,45 | 18,4       | 0          | 0          | 0         |
| 120                | Хлеб ржаной                                  | 20          | 1,14                | 0,22  | 7,44         | 36,26                                | 0,02         | 0,024 | 0,08      | 0                  | 0         | 6,8                      | 24         | 8,2       | 0,46 | 73,5       | 0,002      | 0,002      | 0,01<br>2 |
|                    | Итого за прием пищи:                         | 540         | 32,09               | 15,51 | 81,12        | 598,62                               | 6,64         | 0,721 | 21,0<br>9 | 100                | 0,37      | 450,2<br>1               | 485,0<br>3 | 90,1<br>6 | 5,45 | 959,1<br>5 | 0,030<br>1 | 0,037<br>5 | 0,09<br>7 |

## ДЕНЬ 14

[illegible]



## ДЕНЬ 15

[illegible]

## ДЕНЬ 16

[illegible]



## ДЕНЬ 17

[illegible]

## ДЕНЬ 18

[illegible]

## ДЕНЬ 19

[illegible]

## ДЕНЬ 20

[illegible]