





пятница  
Неделя: первая

№	наименование блюда	масса порции гр.	пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
1.	Молочный суп	200гр	7,0	5,7	6,5	107	0,04	0	0,4	11	65	13	0,8
2	Какао с молоком.	20гр	0	0	15	60	0	0	0	1	0	0	0
3.	Хлеб	100гр	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,7	10	32	6	0,6
4	Булочка домашняя со сгущенкой	70гр	5,0 1	11,9 1	33,5 7	172	01,0 4				44, 97	20, 75	0.83
5	Яблоко	1шт											

суббота  
Неделя: первая

№	наименование блюда	масса порции гр.	пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
1.	Овощной суп	250гр	1,8	0,2	10,0	49	0,02	0	0,5	10	32	7	0,5
2	Слив. масло	20гр	0	4,1	0,05	36	0	29	0,5	0,5	1	0	0
3.	Хлеб	100гр	0	0	1,5	6	0	0	0	0,1	0	0	0
4.	Чай с лимоном	200гр	0,2	0	15,0	56	0	0	0	12	8	6	0,8
5.	Груша	1шт.	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,7	10	32	6	0,6

понедельник  
Неделя: вторая

№	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
1.	Гречневая каша	200гр	7,0	5,7	6,5	107	0,04	0	0,4	11	65	13	0,8
2	Компот из кураги	200гр	0,4	1,3	2,7	25	0,01	0	0,01	6	14	3	0,1
3	Йогурт 1,5%	100гр	0,2	0,02	1,0	6	0,08	0	0,08	4	10	6	0,3
4	Булочка домашняя со сгущенкой	1 шт.	5,01	11,91	33,57	172	01,04				44,97	20,75	0,83
5.	Банан	1 шт.	8,2	3,0	11,8	57	0,03	20	0	248	190	30	0,2

вторник  
Неделя: вторая

№	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
1.	Каша манная вязкая	200гр	2,2	2,9	16,4	100	0,03	0	1,1	12	18	5	0,2
2	молоко 2,5% жирности	150гр	2,9	2,5	4,8	54	0,02	10	0	120	90	14	0,1
3	Слив. масло	20гр	0	4,1	0,05	36	0	29	0,5	0,5	1	0	0
4.	Какао с молоком	200гр	0,2	0	15,0	56	0	0	0	12	8	6	0,8
5.	хлеб	100гр	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,7	10	32	6	0,6



пятница.  
Неделя: вторая

№	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1.	Макаронные отварные с маслом	200гр	4,8	7,0	50,6	280	0,04	0	0,2	20	102	36	0,9
2	Слив. масло	20гр	0	4,1	0,05	36	0	29	0,5	0,5	1	0	0
3	Чай с сахаром	200гр	0,2	0	15,0	56	0	0	0	12	8	6	0,8
4	Хлеб	100гр	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,7	10	32	6	0,6
5	Банан	1шт											

суббота  
Неделя: вторая

№	наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			Энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества		
			Б	Ж	У		В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1.	Молочный суп	200гр	4,8	7,0	50,6	280	0,04	0	0,2	20	102	36	0,9
2	Слив. масло	20гр	0	4,1	0,05	36	0	29	0,5	0,5	1	0	0
3.	Компот из кураги.	200гр	0,2	0	15,0	56	0	0	0	12	8	6	0,8
4.	Хлеб	100гр	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,7	10	32	6	0,6
5	Булочка домашняя со сгущенкой	1 шт.	5,01	11,91	33,57	172	01,04				44,97	20,75	0.83