

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
5 день														
52	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,66	4,56	54,6	0,012	4,62	0	1,62	20,4	23,4	12	0,78
295	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	9,41	22,16	11,95	261,57	0,74	0,73	62,83	0,49	38,78	66,6	16,2	1,72
139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,06	5,52	11,84	115,5	0,045	-	25,62	0,285	88,13	61,04	31,28	1,25
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	0,01	0,2			20,1	19,2	14,4	0,69
	ПР ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	11,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ПР ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,72	3	0,12
	Итого:	550	17,19	31,88	69,21	630,67	0,854	5,55	88,45	2,833	176,17	202,46	81,08	4,89