

Сб, 14 марта 26			16,98	17,52	61,65	472,21	0,32	0,14	66,1	0,68	69,89	287,49	120,14	5,16
Завтрак			16,98	17,52	61,65	472,21	0,32	0,14	66,1	0,68	69,89	287,49	120,14	5,16
ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	110	0,99	0,00	9,24	40,92	0,04	0,00	66	0,24	37,4	25,3	14,3	0,33
ттк№-201н	Котлеты "Любимые" с овощами (фасоль стр.)	75/15	8,92	11,85	7,65	172,91	0,07	0,02	0,00	0,15	11,35	120,19	17,97	1,08
ТТК-187а	Каша гречневая вязкая	150	4,59	5,35	24,79	165,69	0,16	0,07	0,00	0,29	8,39	108,85	72,97	2,45
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	5,06	21,5	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Итого стоимость питания в день		77,76 руб.												
Итого			101,82	95,14	364,06	2 719,6	1,93	82,61	142,49	6	661,37	1 385,17	450,49	23,93

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ИТОГО ЗА 5 дней		101,82	95,14	364,06	2 719,6	1,93	82,61	142,49	6	661,37	1 385,17	450,49	23,93
В среднем в день:		20,36	19,03	72,81	543,92	0,39	16,52	28,50	1,20	132,27	277,03	90,10	4,79