



<b>Пт, 21 марта 25</b>			24,19	26,57	94,74	714,83	0,4	150,02	12,24	1,34	92,74	467,44	145,48	5,29
<b>Завтрак</b>			24,19	26,57	94,74	714,83	0,4	150,02	12,24	1,34	92,74	467,44	145,48	5,29
612/04	Маринад овощной с томатом	100	1,28	10,08	9	131,83	0,05	120	7,2	0,33	23,89	46,16	26,81	0,69
ттк-№1021	Плов из говядины	50/200	19,6	16,2	51,27	429,26	0,3	30	4,45	1	50,02	391,19	105,6	3,94
ТТК-81н	Огурец соленый порц	10	0,53	0,00	0,13	2,63	0,00	0,00	0,56	0,01	2,78	2,22	1,11	0,13
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
	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
<b>Итого стоимость питания в день</b>		88 руб.												
<b>Итого</b>			113,49	92,59	457,04	3 115,26	1,63	163,45	119,01	6,41	724,02	1 714,09	546,77	24,5

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белк и	Жиры	Углев оды		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>ИТОГО ЗА 5 дней</b>		113,49	92,59	457,04	3 115,26	1,63	163,45	119,01	6,41	724,02	1 714,09	546,77	24,5
<b>В среднем в день:</b>		22,70	18,52	91,41	623,05	0,33	32,69	23,80	1,28	144,80	342,82	109,35	4,90