

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осеннее- зимний

№ Рец	Наименование блюда	Масса Порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность ккал	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
№83	Пудинг творожный с изюмом	200	25,52	17,78	27,64	383,5	0,78
№354	Соус сметанный	15	0,21	0,75	0,88	11,1	0
№379	Кофейный напиток	200	1,40	2,0	22,40	116,0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,8	16	86,4	0
№14	Масло сливочное	10	0,8	7,25	0,13	66	0
	Итого за день:	455	30,23	28,58	67,05	663	0,78

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осеннее- зимний

№ Рец	Наименование блюда	Масса Порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность ккал	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
№250	Бефстроганов	80	12,16	18,46	4,09	232,0	0
№315	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70	
№375	Чай с лимоном	200	0,20	0	14,0	28,0	6,0
№14	Масло сливочное	10	0,8	7,25	0,13	66	0
	Хлеб ржаной	30	1,8	3	13,8	57	0,01
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,8	16,0	86,4	0
№338	Фрукты	100	0,80	0,20	22,50	98	38,0
	Итого за день:	600	21,71	35,08	107,20	777,1	44,01
	Итого за весь период:	5430	291,06	319,03	932,61	7135,39	456,57

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осеннее- зимний

№ Рец	Наименование блюда	Масса Порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность ккал	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
№83	Пудинг творожный с изюмом	200	25,52	17,78	27,64	383,5	0,78
№354	Соус сметанный	15	0,21	0,75	0,88	11,1	0
№379	Кофейный напиток	200	1,40	2,0	22,40	116,0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,8	16	86,4	0
№14	Масло сливочное	10	0,8	7,25	0,13	66	0
	Итого за день:	455	30,23	28,58	67,05	663	0,78

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: осеннее- зимний

№ Рец	Наименование блюда	Масса Порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность ккал	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
№250	Бефстроганов	80	12,16	18,46	4,09	232,0	0
№315	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70	
№375	Чай с лимоном	200	0,20	0	14,0	28,0	6,0
№14	Масло сливочное	10	0,8	7,25	0,13	66	0
	Хлеб ржаной	30	1,8	3	13,8	57	0,01
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,8	16,0	86,4	0
№338	Фрукты	100	0,80	0,20	22,50	98	38,0
	Итого за день:	600	21,71	35,08	107,20	777,1	44,01
	Итого за весь период:	5430	291,06	319,03	932,61	7135,39	456,57