

(Приходящие 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

завтрак

200	Суп молочный с пшеном 0,200	ЭЦ-115, Б-2, Ж-2, У/в-28, Вит.С-2, Са-149, Mg-30, P-146, Fe-1
200	Чай(2) с молоком 200	ЭЦ-96, Б-3, Ж-3, У/в-15, Вит.С-2, Са-130, Mg-23, P-106, Fe-2
50	Рожок студенческий . 0,050	ЭЦ-312, Б-8, Ж-6, У/в-57, Вит.А-24, Са-20, Mg-14, P-65, Fe-1
50	Кондит. изд. (Пряники) 0,050	ЭЦ-178, Б-2, У/в-35, Са-5, P-22

Итого за завтрак ЭЦ-701, Б-15, Ж-11, У/в-135, Вит.А-24, Вит.С-3, Са-304, Mg-67, P-339, Fe-4

обед

60	Огурец солёный 0,060	ЭЦ-8, У/в-1, Вит.С-3, Вит.Е-1, Са-14, Mg-14, P-8
200	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,200(н)	ЭЦ-112, Б-4, Ж-4, У/в-16, Вит.С-9, Са-27, Mg-36, P-145, Fe-3
180	Сок фруктовый (3л)180	ЭЦ-80, У/в-20, Вит.С-10, Са-30, Mg-10, P-30, Fe-1
40	Хлеб пшеничный 0,040	
48	Хлеб бородинский 0,048	ЭЦ-161, Б-7, Ж-1, У/в-32, Вит.А-1, Са-47, Mg-49, P-157, Fe-4
90	Гуляш со свиной 0,090	ЭЦ-95, Б-6, Ж-5, У/в-3, Вит.С-2, Вит.Е-5, Са-12, Mg-20, P-151, Fe-2
150	Макаронные издел. отварные 0,150	ЭЦ-191, Б-6, Ж-3, У/в-35, Вит.Е-8, Са-10, Mg-8, P-44, Fe-1
2	Соль йодированная 0,002	

Итого за обед ЭЦ-647, Б-23, Ж-13, У/в-107, Вит.А-1, Вит.В-1, Вит.С-25, Вит.Е-13, Са-140, Mg-137, P-535, Fe-11

Итого за день ЭЦ-1 348, Б-38, Ж-24, У/в-242, Вит.А-25, Вит.В-1, Вит.С-28, Вит.Е-13, Са-444, Mg-204, P-874, Fe-15

М/С
Диетическая

М/С
Диетическая

Повар

Повар

(Проживающие 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

завтрак

250	Суп молочный с пшеном 0,250	ЭЦ-135, Б-5, Ж-5, У/в-18, Вит.А-25, Вит.С-3, Са-160, Mg-30, P-137, Fe-1
40	Яйцо варёное 0,040	ЭЦ-63, Б-5, Ж-5, Вит.А-100, Са-22, Mg-5, P-77, Fe-1
60	Бутерброд с маслом 50/10	ЭЦ-227, Б-4, Ж-11, У/в-29, Вит.А-12, Са-22, Mg-8, P-48, Fe-1
200	Какао со сгуш. мол. 0, 200 (4)	ЭЦ-24, Б-5, Ж-4, У/в-16, Вит.А-30, Вит.С-1, Вит.Е-9

Итого за завтрак

ЭЦ-449, Б-19, Ж-25, У/в-63, Вит.А-167, Вит.С-4, Вит.Е-9, Са-204, Mg-43, P-262, Fe-3

Второй завтрак

180	Фрукты (бананы) 0,180	ЭЦ-68, Б-1, У/в-14
-----	-----------------------	--------------------

Итого за Второй завтрак

ЭЦ-68, Б-1, У/в-14

обед

100	Огурец солёный 0,100	ЭЦ-13, Б-1, У/в-2, Вит.С-5, Са-23, Mg-14, P-24, Fe-1
250	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,250(н)	ЭЦ-133, Б-5, Ж-15, У/в-9, Вит.С-12, Са-33, Mg-43, P-162, Fe-3
180	Сок фруктовый (3л) 180	ЭЦ-80, У/в-20, Вит.С-10, Са-30, Mg-10, P-30, Fe-1
100	Хлеб пшеничный 0,100	ЭЦ-238, Б-8, Ж-1, У/в-49, Са-20, Mg-14, P-65, Fe-1
60	Хлеб бородинский 0,060	ЭЦ-218, Б-8, Ж-2, У/в-50, Вит.Е-3, Са-42, Mg-57, P-190, Fe-5
100	Гуляш со свиной 100(н)	ЭЦ-117, Б-5, Ж-5, У/в-2, Са-8, Mg-7, P-46, Fe-1
180	Макаронные изд. отварные 0,180	ЭЦ-252, Б-7, Ж-5, У/в-42, Вит.Е-9, Са-12, Mg-9, P-52, Fe-1
2,5	Соль каменная 0,0025	
2,5	Соль йодированная 0,0025	

Итого за обед

ЭЦ-1 051, Б-34, Ж-28, У/в-174, Вит.В-1, Вит.С-27, Вит.Е-12, Са-168, Mg-154, P-569, Fe-13

полдник

200	Молоко кипяченое 0,200	ЭЦ-116, Б-6, Ж-6, У/в-9, Вит.С-3, Са-240, Mg-28, P-180
150	Запеканка морковно-творожная со сгуш. мол. 150	ЭЦ-281, Б-5, Ж-15, У/в-22, Вит.С-7, Вит.Е-1, Са-128, Mg-63, P-183, Fe-1

Итого за полдник

ЭЦ-397, Б-11, Ж-21, У/в-31, Вит.С-9, Вит.Е-1, Са-368, Mg-91, P-363, Fe-1

(Приходящие 12 лет и старше)

Выход(ы)

Наименование блюда

эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)**завтрак**

250	Суп молочный с пшеном 0,250	ЭЦ-135, Б-5, Ж-5, У/в-18, Вит.А-25, Вит.С-3, Са-160, Mg-30, P-137, Fe-1
200	Чай(2) с молоком 200	ЭЦ-96, Б-3, Ж-3, У/в-15, Вит.С-2, Са-130, Mg-23, P-106, Fe-2
50	Рожок студенческий . 0,050	ЭЦ-312, Б-8, Ж-6, У/в-57, Вит.А-24, Са-20, Mg-14, P-65, Fe-1
50	Кондит. изд. (Пряники) 0,050	ЭЦ-178, Б-2, У/в-35, Са-5, P-22

Итого за завтракЭЦ-721, Б-18, Ж-14, У/в-125, Вит.А-49, Вит.С-4, Са-315,
Mg-67, P-330, Fe-4**обед**

100	Огурец солёный 0,100	ЭЦ-13, Б-1, У/в-2, Вит.С-5, Са-23, Mg-14, P-24, Fe-1
250	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,250(н)	ЭЦ-133, Б-5, Ж-15, У/в-9, Вит.С-12, Са-33, Mg-43, P-162, Fe-3
180	Сок фруктовый (3л) 180	ЭЦ-80, У/в-20, Вит.С-10, Са-30, Mg-10, P-30, Fe-1
70	Хлеб пшеничный 0,070	ЭЦ-167, Б-5, Ж-1, У/в-34, Са-14, Mg-10, P-46, Fe-1
72	Хлеб бородинский 0,072	ЭЦ-218, Б-8, Ж-2, У/в-50, Вит.Е-3, Са-42, Mg-57, P-190, Fe-5
100	Гуляш со свиной 100(н)	ЭЦ-117, Б-5, Ж-5, У/в-2, Са-8, Mg-7, P-46, Fe-1
180	Макаронные изд. отварные 0,180	ЭЦ-252, Б-7, Ж-5, У/в-42, Вит.Е-9, Са-12, Mg-9, P-52, Fe-1
1,5	Соль каменная 0,0015	
1,5	Соль йодированная 0,0015	

Итого за обедЭЦ-980, Б-31, Ж-28, У/в-159, Вит.В-1, Вит.С-27, Вит.Е-12,
Са-162, Mg-150, P-550, Fe-13**Итого за день**ЭЦ-1 701, Б-49, Ж-42, У/в-284, Вит.А-49, Вит.В-1,
Вит.С-31, Вит.Е-12, Са-477, Mg-217, P-880, Fe-17М/С
ДиетическаяМ/С
Диетическая

Повар

Повар

(Проживающие 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
200	Суп молочный с пшеном 0,200	ЭЦ-115, Б-2, Ж-2, У/в-28, Вит.С-2, Са-149, Mg-30, P-146, Fe-1
40	Яйцо варёное 0,040	ЭЦ-63, Б-5, Ж-5, Вит.А-100, Са-22, Mg-5, P-77, Fe-1
200	Какао со сгуш. мол. 0, 200 (4)	ЭЦ-24, Б-5, Ж-4, У/в-16, Вит.А-30, Вит.С-1, Вит.Е-9
60	Бутерброд с маслом 50/10	ЭЦ-227, Б-4, Ж-11, У/в-29, Вит.А-12, Са-22, Mg-8, P-48, Fe-1
Итого за завтрак		ЭЦ-429, Б-16, Ж-22, У/в-73, Вит.А-142, Вит.С-3, Вит.Е-9, Са-193, Mg-43, P-271, Fe-3
Второй завтрак		
180	Фрукты (бананы) 0,180	ЭЦ-68, Б-1, У/в-14
Итого за Второй завтрак		ЭЦ-68, Б-1, У/в-14
обед		
60	Огурец солёный 0,060	ЭЦ-8, У/в-1, Вит.С-3, Вит.Е-1, Са-14, Mg-14, P-8
200	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,200(н)	ЭЦ-112, Б-4, Ж-4, У/в-16, Вит.С-9, Са-27, Mg-36, P-145, Fe-3
200	Сок фруктовый (3л) 0,200	ЭЦ-102, Б-1, Вит.С-15, Са-34, Mg-12, P-36, Fe-1
50	Хлеб пшеничный 0,050	ЭЦ-119, Б-4, У/в-24, Са-10, Mg-7, P-33, Fe-1
40	Хлеб бородинский 0,040	
90	Гуляш со свиной 0,090	ЭЦ-95, Б-6, Ж-5, У/в-3, Вит.С-2, Вит.Е-5, Са-12, Mg-20, P-151, Fe-2
150	Макаронные издел. отварные 0,150	ЭЦ-191, Б-6, Ж-3, У/в-35, Вит.Е-8, Са-10, Mg-8, P-44, Fe-1
1,5	Соль каменная 0,0015	
1,5	Соль йодированная 0,0015	
Итого за обед		ЭЦ-627, Б-21, Ж-12, У/в-79, Вит.В-1, Вит.С-29, Вит.Е-13, Са-107, Mg-97, P-417, Fe-8
полдник		
200	Молоко кипяченое 0,200	ЭЦ-116, Б-6, Ж-6, У/в-9, Вит.С-3, Са-240, Mg-28, P-180
120	Запеканка морковно-творожная со сгуш. мол. 0,120	ЭЦ-270, Б-10, Ж-10, У/в-19, Вит.С-4, Вит.Е-1, Са-130, Mg-42, P-188, Fe-1
Итого за полдник		ЭЦ-386, Б-16, Ж-16, У/в-28, Вит.С-6, Вит.Е-1, Са-370, Mg-70, P-368, Fe-1

(Сироты прих. 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
200	Суп молочный с пшеном 0,200	ЭЦ-115, Б-2, Ж-2, У/в-28, Вит.С-2, Са-149, Mg-30, P-146, Fe-1
200	Чай(2) с молоком 200	ЭЦ-96, Б-3, Ж-3, У/в-15, Вит.С-2, Са-130, Mg-23, P-106, Fe-2
50	Рожок студенческий . 0,050	ЭЦ-312, Б-8, Ж-6, У/в-57, Вит.А-24, Са-20, Mg-14, P-65, Fe-1
50	Кондит. изд. (Пряники) 0,050	ЭЦ-178, Б-2, У/в-35, Са-5, P-22
Итого за завтрак		ЭЦ-701, Б-15, Ж-11, У/в-135, Вит.А-24, Вит.С-3, Са-304, Mg-67, P-339, Fe-4
обед		
60	Огурец солёный 0,060	ЭЦ-8, У/в-1, Вит.С-3, Вит.Е-1, Са-14, Mg-14, P-8
200	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,200(н)	ЭЦ-112, Б-4, Ж-4, У/в-16, Вит.С-9, Са-27, Mg-36, P-145, Fe-3
180	Сок фруктовый конс.(0,2) 0,180	ЭЦ-102, Б-1, У/в-23, Вит.С-15, Са-34, Mg-12, P-36, Fe-1
40	Хлеб пшеничный 0,040	
48	Хлеб бородинский 0,048	ЭЦ-161, Б-7, Ж-1, У/в-32, Вит.А-1, Са-47, Mg-49, P-157, Fe-4
90	Гуляш со свиной 0,090	ЭЦ-95, Б-6, Ж-5, У/в-3, Вит.С-2, Вит.Е-5, Са-12, Mg-20, P-151, Fe-2
150	Макаронные издел. отварные 0,150	ЭЦ-191, Б-6, Ж-3, У/в-35, Вит.Е-8, Са-10, Mg-8, P-44, Fe-1
2	Соль йодированная 0,002	
Итого за обед		ЭЦ-669, Б-24, Ж-13, У/в-110, Вит.А-1, Вит.В-1, Вит.С-29, Вит.Е-13, Са-144, Mg-139, P-541, Fe-11
Итого за день		ЭЦ-1 370, Б-39, Ж-24, У/в-245, Вит.А-25, Вит.В-1, Вит.С-33, Вит.Е-13, Са-448, Mg-206, P-880, Fe-15

М/С
Диетическая

М/С
Диетическая

Повар

Повар

(Сироты прих.12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
250 0,250	Суп молочный с пшеном	ЭЦ-135, Б-5, Ж-5, У/в-18, Вит.А-25, Вит.С-3, Са-160, Mg-30, P-137, Fe-1
200	Чай(2) с молоком 200	ЭЦ-96, Б-3, Ж-3, У/в-15, Вит.С-2, Са-130, Mg-23, P-106, Fe-2
50	Розсок студенческий . 0,050	ЭЦ-312, Б-8, Ж-6, У/в-57, Вит.А-24, Са-20, Mg-14, P-65, Fe-1
50 0,050	Кондит. изд. (Пряники)	ЭЦ-178, Б-2, У/в-35, Са-5, P-22
Итого за завтрак		ЭЦ-721, Б-18, Ж-14, У/в-125, Вит.А-49, Вит.С-4, Са-315, Mg-67, P-330, Fe-4
обед		
100	Огурец солёный 0,100	ЭЦ-13, Б-1, У/в-2, Вит.С-5, Са-23, Mg-14, P-24, Fe-1
250	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,250(н)	ЭЦ-133, Б-5, Ж-15, У/в-9, Вит.С-12, Са-33, Mg-43, P-162, Fe-3
200 0,200	Сок фруктовый конс.(0,2)	ЭЦ-102, Б-1, У/в-23, Вит.С-15, Са-34, Mg-12, P-36, Fe-1
70	Хлеб пшеничный 0,070	ЭЦ-167, Б-5, Ж-1, У/в-34, Са-14, Mg-10, P-46, Fe-1
72	Хлеб бородинский 0,072	ЭЦ-218, Б-8, Ж-2, У/в-50, Вит.Е-3, Са-42, Mg-57, P-190, Fe-5
100	Гуляши со свининой 100(н)	ЭЦ-117, Б-5, Ж-5, У/в-2, Са-8, Mg-7, P-46, Fe-1
180 0,180	Макаронные изд. отварные	ЭЦ-252, Б-7, Ж-5, У/в-42, Вит.Е-9, Са-12, Mg-9, P-52, Fe-1
5	Соль йодированная 0,005	
Итого за обед		ЭЦ-1 002, Б-32, Ж-28, У/в-162, Вит.В-1, Вит.С-32, Вит.Е-12, Са-166, Mg-152, P-556, Fe-13
Итого за день		ЭЦ-1 723, Б-50, Ж-42, У/в-287, Вит.А-49, Вит.В-1, Вит.С-36, Вит.Е-12, Са-481, Mg-219, P-886, Fe-17

М/С
ДиетическаяМ/С
Диетическая

Повар

Повар

(Сироты прож 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
200	Суп молочный с пшеном 0,200	ЭЦ-115, Б-2, Ж-2, У/в-28, Вит.С-2, Са-149, Mg-30, P-146, Fe-1
40	Яйцо варёное 0,040	ЭЦ-63, Б-5, Ж-5, Вит.А-100, Са-22, Mg-5, P-77, Fe-1
60	Бутерброд с маслом 50/10	ЭЦ-227, Б-4, Ж-11, У/в-29, Вит.А-12, Са-22, Mg-8, P-48, Fe-1
200	Какао со сгуш. мол. 0, 200 (4)	ЭЦ-24, Б-5, Ж-4, У/в-16, Вит.А-30, Вит.С-1, Вит.Е-9
Итого за завтрак		ЭЦ-429, Б-16, Ж-22, У/в-73, Вит.А-142, Вит.С-3, Вит.Е-9, Са-193, Mg-43, P-271, Fe-3
Второй завтрак		
180	Фрукты (бананы) 0,180	ЭЦ-68, Б-1, У/в-14
Итого за Второй завтрак		ЭЦ-68, Б-1, У/в-14
обед		
60	Огурец солёный 0,060	ЭЦ-8, У/в-1, Вит.С-3, Вит.Е-1, Са-14, Mg-14, P-8
200	Суп карт. с бобовыми (горох) с птицей 0,200(н)	ЭЦ-112, Б-4, Ж-4, У/в-16, Вит.С-9, Са-27, Mg-36, P-145, Fe-3
200	Сок фруктовый конс.(0,2) 0,200	ЭЦ-102, Б-1, У/в-23, Вит.С-15, Са-34, Mg-12, P-36, Fe-1
50	Хлеб пшеничный 0,050	ЭЦ-119, Б-4, У/в-24, Са-10, Mg-7, P-33, Fe-1
40	Хлеб бородинский 0,040	
90	Гуляш со свиной 0,090	ЭЦ-95, Б-6, Ж-5, У/в-3, Вит.С-2, Вит.Е-5, Са-12, Mg-20, P-151, Fe-2
150	Макаронные издел. отварные 0,150	ЭЦ-191, Б-6, Ж-3, У/в-35, Вит.Е-8, Са-10, Mg-8, P-44, Fe-1
3	Соль йодированная 0,003	
Итого за обед		ЭЦ-627, Б-21, Ж-12, У/в-102, Вит.В-1, Вит.С-29, Вит.Е-13, Са-107, Mg-97, P-417, Fe-8
полдник		
200	Молоко кипяченое 0,200	ЭЦ-116, Б-6, Ж-6, У/в-9, Вит.С-3, Са-240, Mg-28, P-180
120	Запеканка морковно-творожная со сгуш. мол.0,120	ЭЦ-270, Б-10, Ж-10, У/в-19, Вит.С-4, Вит.Е-1, Са-130, Mg-42, P-188, Fe-1
Итого за полдник		ЭЦ-386, Б-16, Ж-16, У/в-28, Вит.С-6, Вит.Е-1, Са-370, Mg-70, P-368, Fe-1
Итого за день		ЭЦ-1 510, Б-54, Ж-50, У/в-217, Вит.А-142, Вит.В-1, Вит.С-38, Вит.Е-23, Са-670, Mg-210, P-1 056, Fe-12

М/С
ДиетическаяМ/С
Диетическая

Повар

Повар

Ужин

60	Кукуруза конс. с т.о 0,060	ЭЦ-34, Б-1, Ж-1, У/В-9
150	Картофель отварной с луком 0,150	ЭЦ-113, Б-3, Ж-6, У/В-24, Вит.С-22, Са-18, Mg-33, Р-81, Fe-1
200	Чай (1) с сахаром 200	ЭЦ-38, У/В-10, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1
90	Котлеты рыбные Ф.м0,090(н)	ЭЦ-173, Б-12, Ж-9, У/В-8, Вит.А-7, Вит.С-5, Вит.Е-4, Са-39, Mg-34, Р-174, Fe-1
42	Хлеб пшеничный 0,042	ЭЦ-167, Б-5, Ж-1, У/В-34, Са-14, Mg-10, Р-46, Fe-1
40	Хлеб бородинский 0,040	

Итого за Ужин ЭЦ-525, Б-21, Ж-17, У/В-85, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.Е-4, Са-76, Mg-81, Р-309, Fe-4

второй ужин

200	Кефир 0,200	ЭЦ-106, Б-6, Ж-5, У/В-8, Вит.А-40, Вит.С-1, Са-240, Mg-28, Р-180
-----	-------------	--

Итого за второй ужин ЭЦ-106, Б-6, Ж-5, У/В-8, Вит.А-40, Вит.С-1, Са-240, Mg-28, Р-180

Итого за день ЭЦ-2 141, Б-81, Ж-72, У/В-287, Вит.А-189, Вит.В-1, Вит.С-67, Вит.Е-27, Са-986, Mg-319, Р-1 545, Fe-16

М/С
Диетическая



М/С
Диетическая

Повар

Повар

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

обед

100 Перец сладкий 0,100

ЭЦ-26, Б-1, У/в-5, Вит.С-200, Са-8, Mg-7, Р-16, Fe-1

Итого за обед ЭЦ-26, Б-1, У/в-5, Вит.С-200, Са-8, Mg-7, Р-16, Fe-1**Итого за день** ЭЦ-26, Б-1, У/в-5, Вит.С-200, Са-8, Mg-7, Р-16, Fe-1М/С
ДиетическаяМ/С
Диетическая

Повар

Повар

Ужин

100	Кукуруза конс. с т.о 0,100	ЭЦ-58, Б-2, У/в-11
180	Картофель отварной 0,180	ЭЦ-176, Б-4, Ж-5, У/в-29, Вит.С-36, Са-19, Mg-41, P-105, Fe-2
200	Чай (2) с сахаром 200	ЭЦ-38, У/в-10, Са-10, Mg-9, P-16, Fe-2
120	Котлеты рыбные 120(н)	ЭЦ-148, Б-7, Ж-7, У/в-7, Вит.А-9, Вит.С-3, Вит.Е-3, Са-45, Mg-40, P-218, Fe-1
100	Хлеб пшеничный 0,100	ЭЦ-238, Б-8, Ж-1, У/в-49, Са-20, Mg-14, P-65, Fe-1
60	Хлеб бородинский 0,060	ЭЦ-218, Б-8, Ж-2, У/в-50, Вит.Е-3, Са-42, Mg-57, P-190, Fe-5

Итого за Ужин ЭЦ-876, Б-29, Ж-15, У/в-156, Вит.А-9, Вит.В-1, Вит.С-39, Вит.Е-6, Са-136, Mg-161, P-594, Fe-11

второй ужин

200	Кефир 0,200	ЭЦ-106, Б-6, Ж-5, У/в-8, Вит.А-40, Вит.С-1, Са-240, Mg-28, P-180
-----	-------------	--

Итого за второй ужин ЭЦ-106, Б-6, Ж-5, У/в-8, Вит.А-40, Вит.С-1, Са-240, Mg-28, P-180

Итого за день ЭЦ-2 947, Б-100, Ж-94, У/в-446, Вит.А-216, Вит.В-2, Вит.С-81, Вит.Е-27, Са-1 116, Mg-477, P-1 968, Fe-28

М/С
Диетическая

М/С
Диетическая

Повар

Повар

19.09.2025 (пятница)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

завтрак

50 Кондит. изд. (Печенье) 0,050 ЭЦ-65, Б-1, Ж-3, У/в-20, Вит.А-24, Са-8, Mg-3, Р-17

Итого за завтрак ЭЦ-65, Б-1, Ж-3, У/в-20, Вит.А-24, Са-8, Mg-3, Р-17

Итого за день ЭЦ-65, Б-1, Ж-3, У/в-20, Вит.А-24, Са-8, Mg-3, Р-17

М/С
Диетическая



М/С
Диетическая

Повар

Повар