|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **\_\_\_ 15.03. 2021г.\_\_\_**  C:\Users\Компьютер\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Word\20210315_102413.jpg | | | | | | | |  | |  |  |  | |  | |  |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции, г** | **Пищевые вещества, г** | | | **Энергетическая ценность, ккал** | **Витамины, мг** | | **Минеральные вещества, мг** | | | | | | | | | | | | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | **B1** | | **C** | | | **A** | **E** | | **Ca** | | | **P** | **Mg** | **Fe** |
| 71 | Овощи натуральные свежие/СОЛЕНЫЕ | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 6,00 | 0,02 | | 5,00 | | | 0,00 | 0,05 | | 8,50 | | | 15,00 | 7,00 | 0,25 |
| 260 | Гуляш | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | 0,08 | | 4,66 | | | 4,66 | 0,00 | | 21,81 | | | 22,03 | 154,15 | 0,00 |
| 171 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,29 | 8,90 | 37,36 | 243,75 | 0,20 | | 0,00 | | | 0,00 | 0,00 | | 24,74 | | | 141,11 | 4,43 | 0,00 |
| Н | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 0,15 | 10,50 | 58,50 | 0,03 | | 0,00 | | | 0,00 | 0,39 | | 7,20 | | | 0,00 | 0,06 | 0,00 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 75,82 | 0,02 | | 0,80 | | | 0,00 | 0,20 | | 32,48 | | | 17,46 | 0,70 | 0,73 |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **25,85** | **25,98** | **83,71** | **605,07** | **0,35** | | **10,46** | | | **4,66** | **0,64** | | **94,73** | | | **195,60** | **166,34** | **0,98** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | |  |  | |  | | |  |  |  |