2 апреля.

| Наименование блюда | всего грамм | отх | нетто | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | Витамины, мг на 100 г | | | Минеральные в-ва | | | | цена | сумма |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | B1 | C | A | Ca | P | Mg | Fe | | |
| **ДЕНЬ № 2** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1.салат из овощей** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| морковь | 15,00 | 3,00 | 12,00 | 0,16 | 0,01 | 0,86 | 3,60 | 0,01 | 0,60 | 0,00 | 6,12 | 6,60 | 4,56 | 0,08 | 60,00 | 0,90 |
| зел.горох | 5,00 | 0,00 | 5,00 | 0,00 | 4,995 | 0,00 | 44,95 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 180,00 | 0,90 |
| капуста | 25,00 | 5,00 | 20,00 | 0,36 | 0,02 | 0,94 | 5,40 | 0,01 | 9,00 | 0,00 | 9,60 | 6,20 | 3,20 | 0,12 | 30,00 | 0,75 |
| растит. масло | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,27 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 150,00 | 0,45 |
| итого | 48,00 | 8,00 | 40,00 | 0,52 | 8,02 | 1,80 | 54,22 | 0,02 | 9,60 | 0,00 | 15,72 | 12,80 | 7,76 | 0,20 | | 3,00 |
| **2.суп картофельный с горохом,говядиной** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| мясо говядины | 50,00 | 13,20 | 36,80 | 6,84 | 5,89 | 0,00 | 80,22 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,31 | 69,18 | 8,10 | 0,99 | 490,00 | 24,50 |
| картофель | 35,00 | 8,75 | 26,25 | 0,53 | 0,11 | 4,28 | 21,00 | 0,03 | 5,25 | 0,00 | 2,63 | 15,23 | 6,04 | 0,24 | 57,00 | 2,00 |
| морковь | 15,00 | 3,00 | 12,00 | 0,16 | 0,012 | 0,86 | 3,60 | 0,01 | 0,60 | 0,00 | 6,12 | 6,60 | 4,56 | 0,08 | 60,00 | 0,9 |
| лук | 15,00 | 2,40 | 12,60 | 0,18 | 0 | 1,15 | 5,17 | 0,01 | 1,26 | 0,00 | 3,91 | 7,31 | 1,76 | 0,10 | 40,00 | 0,60 |
| масло сливочное | 9,00 | 0,00 | 9,00 | 0,05 | 7,43 | 0,07 | 67,32 | 0,00 | 0,00 | 0,05 | 1,08 | 1,71 | 0,04 | 0,02 | 480,00 | 4,32 |
| томат | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,03 | 0,00 | 0,11 | 0,57 | 0,00 | 0,30 | 0,00 | 0,21 | 0,96 | 0,36 | 0,02 | 150,00 | 0,45 |
| горох лущенный | 30,00 | 0,00 | 30,00 | 6,90 | 0,48 | 15,24 | 94,20 | 0,27 | 0,00 | 0,00 | 26,70 | 67,80 | 26,40 | 2,10 | 60,00 | 1,80 |
| **итого** | **104,00** | **14,15** | **250,00** | **7,83** | **8,02** | **21,71** | **191,86** | **0,32** | **7,41** | **0,05** | **40,64** | **99,60** | **39,16** | **2,56** | | **34,57** |
| **3.хлеб** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **итого** | **50,00** | **0,00** | **50,00** | **3,95** | **0,50** | **24,05** | **119,50** | **0,08** | **0,00** | **0,00** | **11,50** | **43,50** | **16,50** | **1,00** | **50,00** | **2,50** |
| **4.компот** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сухофрукты | 15,00 | 0,00 | 15,00 | 0,78 | 0,00 | 8,25 | 35,10 | 0,02 | 0,60 | 0,00 | 24,00 | 21,90 | 15,75 | 0,48 | 350,00 | 5,25 |
| сахар | 10,00 | 0,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 37,90 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | 60,00 | 0,60 |
| **итого** | **25,00** | **0,00** | **150,00** | **0,78** | **0,00** | **18,23** | **73,00** | **0,02** | **0,60** | **0,00** | **24,20** | **21,90** | **15,75** | **0,51** | | **5,85** |
| **5.бананы** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **итого** | **100,00** | **0,00** | **100,00** | **1,50** | **0,50** | **21,00** | **96,00** | **0,00** | **8,70** | **3,00** | **5,00** | **22,00** | **27,00** | **0,30** | **150,00** | **15,00** |
| **6.соль** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| итого | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 20,00 | 0,06 |
| **итого** | | | | | | | | | | | | | | | | **60,98** |