12 апрель.

Наименование блюда	всего грамм	отх	нетто	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл	Витамины, мг на 100 г			Минеральные в-ва				цена	сумма
ДЕНЬ № 10								B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe		
2.салат овощной																
картофель	28,00	7,00	21,00	0,42	0,08	3,42	16,80	0,03	4,20	0,00	2,10	12,18	4,83	0,19	57,00	1,60
морковь	28,00	5,60	22,40	0,29	0,022	1,61	6,72	0,01	1,12	0,00	11,42	12,32	8,51	0,16	60,00	1,68
свекла	28,00	5,60	22,40	0,34	0,02	2,04	9,41	0,00	2,24	0,00	8,29	9,63	4,93	0,31	60,00	1,68
зел.горох	8,00	0,00	8,00	0,00	7,992	0,00	71,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	180,00	1,44
растит. масло	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	150,00	0,75
итого	**97,00**	**18,20**	**78,80**	**1,05**	**13,12**	**7,07**	**149,80**	**0,05**	**7,56**	**0,00**	**21,81**	**34,13**	**18,27**	**0,66**		**7,15**
						2.каша пшеничная										
крупа пшеничная	40,00	0,00	40,00	2,80	0,40	28,56	132,00	0,03	0,00	0,00	3,20	60,00	20,00	0,40	60,00	2,40
масло сливочное	10,00	0,00	10,00	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,06	1,20	1,90	0,04	0,02	480,00	4,80
итого	**110,00**	**0,00**	**200,00**	**2,85**	**8,65**	**28,64**	**206,80**	**0,03**	**0,00**	**0,06**	**4,40**	**61,90**	**20,04**	**0,42**		**7,20**
2.курица в духовке																
курица	90,00	22,50	67,50	12,29	12,42	0,47	162,68	0,05	0,00	0,05	10,80	111,38	12,15	1,08	270,00	24,30
итого	**90,00**	**22,50**	**67,50**	**12,29**	**12,42**	**0,47**	**162,68**	**0,05**	**0,00**	**0,05**	**10,80**	**111,38**	**12,15**	**1,08**		**24,30**
3.хлеб																
итого	**30,00**	**0,00**	**30,00**	**2,37**	**0,30**	**14,43**	**71,70**	**0,05**	**0,00**	**0,00**	**6,90**	**26,10**	**9,90**	**0,60**	**50,00**	**1,50**
4.чай																
чай	1,00	0,00	1,00	0,22	0,08	0,03	0,09	0,05	0,11	0,06	0,50	0,10	1,10	4,56	950,00	0,95
сахар	15,00	0,00	15,00	0,00	0,00	14,97	56,85	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,05	60,00	0,90
итого	**16,00**	**0,00**	**150,00**	**0,00**	**0,00**	**14,97**	**56,85**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,30**	**0,00**	**0,00**	**0,05**		**1,85**
5.печенье																
итого	**40,00**	**0,00**	**40,00**	3,00	4,72	29,76	174,40	0,03	0,00	0,00	11,60	36,00	8,00	0,84	160,00	**6,40**
5.мандарины																
итого	**100,00**	**0,00**	**100,00**	**0,80**	**0,30**	**8,10**	**40,00**	**0,06**	**38,00**	**0,00**	**35,00**	**17,00**	**35,00**	**0,10**	**120,00**	**12,00**
7.соль																
соль	**3,000**	**0,00**	**3,000**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**20,00**	**0,060**
итого																**60,46**