

МЕНЮ НА 11 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe
45	Каша ячневая молочная	200	7,76	6,71	40,89	0,18	0,53	0	0	129,2	0	44,93	1,18
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
66	Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	0,03	1,43	0	0	137	0	0	0,43
	всего	430	11,03	8,56	72,04	0,21	2	0,3	0	270,7	7,2	48,73	1,61
	ОБЕД												
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	5,78	4,1	14,25	0,06	4,6	126,7	0,06	13	45	16	2,6
246	Гуляш из говядины ( соус красный)	100	11,04	10,39	23,87	0,07	5,07	1,49	0	24,4	95,35	19,22	1,7
54-1г-2020	Макаронны отварные	180	4,15	8,16	52,36	0,07	0	22,08	0,2	14,4	49,2	8,64	1,32
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	0,11	0,14	0	0	25,55	43,75	14	0,98
	всего	780	24,44	23,12	128,51	0,31	15,85	150,57	0,37	93,45	244,62	68,16	6,94
	Итого	1210	35,47	31,68	200,55	0,52	17,85	150,87	0,37	364,15	251,82	116,89	8,55

Составил: *руководитель БУХ Бюргунт С. В.*

