

МЕНЮ НА 12 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамин В <sub>1</sub>	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe		
209	Омлет натуральный	180	8,48	12,6	18	0,02	0,02	0	63,62	0	10,4	1,56			
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0			
68	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	24,6	0,02	0,45	0,08	69,2	16,8	6	0,35			
	всего	410	13,2	15,26	57,35	0,04	0,51	0,38	137,32	24	20,2	1,91			
	ОБЕД														
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,78	7,02	7,15	0,03	13,45	131	46,75	38,75	16,5	1,84			
54-5.1р-2020	Коллета рыбная с морковью (минтай)	100	12,4	4,2	5	0,07	0,54	143	46	178	39	0,89			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,84	15,85	35,76	0,14	12,24	28,56	46,8	100,8	33,6	5,16			
62	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	0,12	0,35	0,12	28,7	52,6	19,6	0,98			
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0			
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	0,11	0,14	0	25,55	43,75	14	0,98			
	всего	780	25,33	27,54	96,7	0,47	26,76	302,98	198,3	421,1	126,5	9,85			
	Итого	1190	38,53	42,8	154,05	1,02	54,54	606,72	671,24	890,2	293,4	23,52			

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *БОН* БОРОДИНВ Е.В.