День 2 11.01.2022г ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамины (мг) В1	С	А	Е	Минеральные вещества (мг) Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
П/П\398	Блинчики с джемом	120	6,1	6,9	33,3	216,6	0,04			0,5	7,3	27,7	5,6	0,3	14.1
382	Какао с молоком .	200	3,7	3,2	19,1	119,7	0,09	4,1	24,4		159,6	109,8	17,9	0,2	8
П/П	Хлеб пшеничный .\с маслом	30	4,3	0,7	22,6	114	0,11			1,1	17	99,5	27,5	1,6	10.5
Итого за Завтрак			18,1	22	76,3	450.3	0,24	4,3	24,6	1,7	335,7	239,6	57,7	2,2	
Процентное содержание от суточного рациона						24,1									32.6
Обед															
55	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,8	3,1	4	47	0,01	5,1		1,4	19,2	22,6	11,3	0,7	15
99	Суп из овощей на бульоне	250	1,9	5,3	11,1	99,9	0,09	21,3		2,4	22	51,6	21,6	0,8	17
290	Птица тущеная	50\50	20	26	43,8	485	0,16	0,8	9,9	1,5	25,4	215,9	29	3,1	35
171	Каша рисовая с маслом рассыпчатая	150	0,4	0,1	19,9	82,1	0,02			0,1	12,3	19,4	6,3	0,5	12
П/П	Хлеб пшеничный .	50	2,6	0,4	13,5	68,4	0,07			0,6	10,2	59,7	16,5	1	5.4
345	Компот из смородины	200	0,3	0,1	19,9	82	0,02	0	0	0	10,0	16	5	0,4	8
Итого за Обед			27,3	35,1	105,6	845,2	0,41	27,2	9,9	5,9	96,7	369,1	95,7	6,7	92.4
Процентное содержание от суточного рациона						35,9									
Итого за день			45,3	57,1	181,9	1412,5	0,65	31,4	34,5	7,6	432,5	608,7	153,4	8,9	
Процентное содержание от суточного рациона						60,1									

Индивидуальный предприниматель Чередникова Наталья Павловна ОГРНИП 315615000172032