УТВЕРЖДАЮ

День 10 21.01.2022г **ОВЗ**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	Энерге-тическая	Витамины (мг) B1	C	A	E	Минеральные вещества (мг) Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
392	Пельмени промышленного производства с мясным фаршем	200\5	11,7	19,7	66,8	492,9	0,17	18,7	0,2	3,7	90,7	274,9	55,6	2,8	26.6
376	Чай с сахаром	200	0,2		15,2	63		2,9	0,3		5,7	5,7	3	0,5	5
того за Завтрак			13,4	23,9	91,6	635	0,2	21,5	0,5	4,2	104,1	321,7	70	4,0	
Процентное содержание от суточного рациона						27,0									31.6
Итого за завтрак			191,2	213,6	841,5	555.9	2,80	141,1	51,4	27,7	1169,2	2221,2	726,2	37	
Обед															
67	Винегрет	60	3,7	0,4	8,9	50,4									15
147	Свекольник с мясом	250	2,5	2,9	18,1	108,8	0,11	16,5		1,3	15	61,4	25	0,9	25
259	Жаркое по домашнему	50\125	20,7	26	24,3	347	0,25	29,5		3,8	36,8	95,3	57,9	2,6	40
345	Компот из смородины	200	0,3	0,1	26,1	106,6	0,02				19,6	21,6	7,2	0,4	8
П/П	Хлеб пшеничный .	50	4,3	0,7	22,6	114	0,11			1,1	17	99,5	27,5	1,6	5.4
Итого за Обед			33,7	30,5	117,8	726.8	0,57	46		6,2	98,6	277,8	132,1	6,6	93.4
Процентное содержание от суточного рациона						34,5									
Итого за день			47,2	54,4	209,4	1282.7	0,78	67,5	0,5	10,4	202,7	599,5	201,7	10,5	
Процентное содержание от суточного рациона						61,5									
Итого за период			492,9	480,3	2050,5	#ЗНАЧ!	9,0	620,4	152,1	103,7	2439,2	6172,6	2132,8	119,2	
Среднее значение за 1 день			49,29	48	205,05	#ЗНАЧ!	0,9	62	15,21	10,37	243,92	617,3	213,28	11,92	
						60,8									