

12.04.2024																			
	Вес		Выход	Пищевые в-ва			К/кал	Мин.вещества					Витамины					Цена	№ тех. карт ы
	бр	нет то		Б	Ж	У		К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C		
ЗАВТРАК																			
Каша гречневая с молоком			200																
молоко	150	150																	
гречка	30	30																	
сахар	5	5																	
масло сливочное	5	5																	
Кофейный напиток			200																
кофейный напиток	1	1		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
сахар	15	15		-	-	15,0	57,0	0,3	15,3	39,3	9,6	1,2	-	0,201	0,021	0,855	-		
вода	100	100																	
Бутерброд с маслом и сыром			40/7																
хлеб пшен.	40	40		2,34	0,75	10,02	81,85	30,0	6,0	9,3	29,4	054	-	0,03	0,02	0,3	-		
масло сливочное	7	7		0,056	5,076	-	47,43	-	0,10	0,15	0,17	1,33	0,05	0,09	0,007	0,06	-		
сыр	10	10																	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																			
Напиток из кураги	100	100																	
ОБЕД																			
Суп «Харчо» на курином бульоне			250																
куры	20	12		3,81	3,45	0,21	48,38	-	3,6	-	60,0	0,45	-	0,045	-	0,48	-		
рис	15	15																	
масло слив.	3	3		0,01	1,59	0,01	14,8	0,3	0,24	0,01	0,38	0,004	0,012		0,002	0,001			
чеснок	2	1																	
лук	10	8		0,11		0,73	3,28	14,0	2,48	2,28	4,64	0,064	-	0,004	0,002	0,002	0,3		
морковь	10	8		0,13	-	0,7	23,87	16,0	3,4	1,7	3,1	0,06	0,9	0,005	0,005	0,032	0,4		

[illegible]