5 день пятница. Возраст 7-11 (лагерь)

№ сб/р	Блюдо	Выход (гр.)	Содержание в расчете на 1 порцию				Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.
			Белки	Жиры	Углеводы	К.калории	вит.А	вит.В1	вит.В2	вит.С	Са (кальций)	Fe (железо)	I йод)	Mg (магний)	Р (фосфор)
110/2008	Сырники из творога запеченные	75/20	13,67	6,19	28,31	221,39	27,57212	0,05478	0,26103	0,51708	88,25869	0,57528	0,01924	24,25683	97,91717
302/2004	Каша ячневая молочная	200/5	7,62	6,66	42,52	250,66	18,95621	0,15318	0,18097	1,23059	98,71044	0,89995	0,01154	14,02826	129,03787
462/2021	Какао с молоком	200	3,58	2,92	14,76	99,35	19,24000	0,04079	0,15123	1,25060	100,94939	0,39519	0,00000	16,45501	88,88880
573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорт	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,00000	0,03078	0,01539	0,00000	5,00240	0,30784	0,00000	6,73400	15,96920
ИТОГО за Завтрак			**26,39**	**15,95**	**95,53**	**616,60**	**65,76833**	**0,27953**	**0,60862**	**2,99827**	**292,92092**	**2,17826**	**0,03078**	**61,47410**	**331,81304**
6/2004удм	Салат Тазалык	80	0,94	8,01	7,24	103,72	0,00000	0,03786	0,02940	25,12744	24,47328	0,66609	0,06169	11,45934	20,24048
168/2004	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10	3,67	5,98	19,10	142,55	6,09996	0,09644	0,10013	15,27194	57,30826	0,90140	0,03999	26,05673	75,60550
498/2004	Котлеты рубленые из птицы	90	21,86	10,85	12,44	205,22	2,70130	0,08572	0,06650	1,35065	11,91860	1,21991	0,03463	22,05540	81,11680
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	4,64	4,75	24,83	154,51	0,02525	0,18559	0,07508	0,00000	31,17592	2,83934	0,03848	35,68741	36,69790
156/2008	Напиток лимонный	200	0,06	0,01	24,16	92,14	0,00000	0,00269	0,00135	2,69360	11,59595	0,10966	0,00000	2,66089	1,48148
573/2021	Хлеб пшеничный 1 сорт	25	1,90	0,23	12,43	56,50	0,00000	0,03848	0,01924	0,00000	6,25300	0,38480	0,00000	8,41750	19,96150
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,75	0,25	11,25	51,50	0,00000	0,04089	0,01924	0,00000	6,97450	0,93795	0,00000	11,30350	24,05000
ИТОГО за Обед			**34,82**	**30,08**	**111,45**	**806,14**	**8,82651**	**0,48767**	**0,31094**	**44,44363**	**149,69951**	**7,05915**	**0,17479**	**117,64077**	**259,15366**
ВСЕГО			**61,21**	**46,03**	**206,98**	**1422,74**									

Вершинина Нина Александровна

Подписано цифровой подписью: Вершинина Нина Александровна
Дата: 2025.06.04 14:27:56 +04'00'