	Наименование блюда	Выход блюда	Наименование продуктов	Вес в граммах брутто	Белки	Жиры	Углеводы	A(мг)	B1(мг)	C(мг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P(мг)	Fe (мг)	Калорийность
	4 день														
	Завтрак														
141	Запеканка из творога с вареньем	200/40	Творог	188,0	38,96	16,52	38,80	0,09	0,08	2,29	271,34	46,63	330,58	1,23	379,00
			Крупы	12,9											
			Молоко	48,0											
			Яйца	6,0											
			Сахар	12,9											
			Сметана	6,9											
			Сухари	6,9											
			Масло сливочное	6,9											
			Кондитерские изделия	40,0											
89	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	100,0	0,40	0,40	10,40	0,03	0,03	16,00	16,00	9,00	11,00	0,60	58,50
269	Какао с молоком 3-й вариант	200	Какао-порошок	6,0	3,28	3,35	12,57	0,01	0,02	0,25	101,04	12,52	89,02	0,41	133,92
			Молоко	100,0											
			Сахар	10,0											
365	Масло сливочное	17	Масло сливочное	17,0	0,17	12,24	0,17	0,00	0,01	0,48	3,74	0,51	3,23	0,03	112,20
	Хлеб пшеничный	75	Хлеб пшеничный	75,0	6,00	0,68	36,68	0,00	0,11	0,00	19,50	26,25	62,25	1,20	176,25
	Итого завтрак:				**48,81**	**33,19**	**98,62**	**0,13**	**0,25**	**19,02**	**411,62**	**94,91**	**496,08**	**3,47**	**859,87**
	Обед														
22а	Салат из свежих помидоров (вариант 2)	125	Овощи свежие	135,0	1,25	6,43	5,75	0,00	0,07	25,60	15,92	22,75	29,57	1,02	86,38
			Масло растительное	6,3											
41а	Рассольник домашний (вариант 2)	300	Овощи свежие	81,0	5,56	14,16	38,86	0,02	0,09	7,88	35,79	30,19	64,40	1,16	179,52
			Масло сливочное	6,0											
			Картофель	120,0											
			Сметана	12,0											
208а	Кнели из кур с рисом (вариант 2)	100	Птица	175,0	18,17	21,53	8,42	0,05	0,06	1,61	26,75	17,72	138,80	1,39	299,75
			Крупы	9,3											
			Масло сливочное	4,0											
239а	Картофель отварной (вариант 2)	180	Картофель	237,6	3,42	8,62	25,59	0,04	0,18	24,95	16,04	34,84	93,02	1,36	206,00
			Масло сливочное	8,0											
265а	Соус томатный (вариант 2)	30	Томат-пюре	15,0	0,69	1,23	2,88	0,00	0,01	0,51	1,33	2,21	3,95	0,11	25,89
			Овощи свежие	4,1											
			Мука пшеничная	0,8											
			Масло сливочное	1,5											
			Сахар	0,3											
	Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	100,0	8,60	1,30	45,20	0,00	0,15	0,00	26,00	35,00	83,00	1,60	228,00
	Хлеб ржаной	120	Хлеб ржаной	120,0	9,24	1,68	45,12	0,00	0,22	0,00	42,00	56,40	189,60	4,68	241,20
272	Кисломолочный напиток	200	Кисломолочный напиток	200,0	5,80	5,00	8,00	0,04	0,08	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20	106,00
			Сахар	10,0											
	Итого обед:				**52,73**	**59,95**	**179,82**	**0,15**	**0,86**	**61,95**	**403,83**	**227,11**	**782,34**	**11,52**	**1372,74**
	ИТОГО				**101,54**	**93,14**	**278,44**	**0,28**	**1,11**	**80,97**	**815,45**	**322,02**	**1278,42**	**14,99**	**2232,61**