

День недели: **понедельник**

Неделя: **вторая**

Возрастная категория: от 12 до 17 лет

	№ рецепта	Наименование блюда	Выход (гр)	Белки (г)	Жиры (г)	Углероды (г)	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг			Калорийность
							кальций	фосфор	железо	С	В1	А	
Завтрак													
Обед	95	Борщ с капустой и картофелем	250	7,26	8,305	7,47	45,855	97,935	1,795	7,695	0,057	0	133,62
	256/367	Макаронные изделия - отварные, птица в соусе с томатом	280	12,76	6,36	40,37	27,33	86,09	1,866	0,32	0,0856	82,784	331,24
	150	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	24,6	22,2	0,42	4,2	0,012	0	70,8
	108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,78	6	19,5	0,53	0	0,033	0	70,5
	109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	7	31,6	0,78	0	0,036	0	34,8
	484	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	-	-	15	3,4	5,8	0,02				60
	590	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	14,5	45	1,05	0	0,04	0,005	208,5
		Итого	890	28,51	25,385	126,12	128,685	308,125	6,461	12,215	0,2636	82,789	909,46
Итого			28,51	25,385	126,12	128,685	308,125	6,461	12,215	0,2636	82,789	909,46	