

**1 день**

**Вторая неделя**

наименование блюда	выход (гр.)	пищевые вещества			Эн.ц. ккал.	витамины, мг					минеральные вещества, мг				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
Свекла припущенная	<sup>100</sup> 60	1,43	5,09	9,50	75,35	0,01	1,90	0	2,30	31,65	36,88	18,82	1,20		
Рассольник по- ленинградски	250	1,90	6,66	10,81	111,11	0,05	8,25	0,24	1,53	41,93	48,81	22,65	1,01		
Тфтели <del>рыбные</del>	<sup>80</sup> 80	9,16	13,53	9,44	196,14	0,07	1,50	0,11	0,63	59,29	143,98	21,23	1,63		
Картофель тушеный	<sup>200</sup> 150	3,195	6,06	23,295	160,45 5	0,09	3,59	0,03	0,13	26,64	58,70	18,55	0,67		
Компот из с/ф	200	0,56	0	27,89	113,79	0,03	1,22	0,18	1,68	49,50	44,53	32,03	1,02		
Хлеб пшеничный	<sup>20</sup> 20	3,06	1,2	19,9	104,8	0,06	0	0	0	14,8	87,2	26	1,1		
Хлеб ржаной	<sup>30</sup> 30	1,65	4,46	15,84	99,09	0,03	0	0	0	8,4	37,92	11,28	0,93		
<b>Итого</b>		20,955	37,0	116,675	858,73 5	0,34	16,46	0,56	6,27	232,21	458,02	150,56	7,57		