7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	11	ГУЛЯШ ИЗ КУРИННОГО ФИЛЕ	100	19,59	17,89	4,76	168,1	0,0	1,25	0,0	3,9	20,6	20,6	148,2	2,1
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,76	37,56	229,2	0,07	0,0	0,04	0,96	13,2	8,4	43,2	0,96
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,32	0,11	16,42	66,96	0,0	3,24	0,0	0,0	8,64	5,4	10,8	1,08
		МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	15,0	0,1	38,0	0,0	0,2	35,0	11,0	17,0	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0,0	0,0	1,0	11,5	16,5	42,0	1,0
Итого за прием пищи:				**24,11**	**24,26**	**91,34**	**597,66**	**0,36**	**42,49**	**0,04**	**4,14**	**88,94**	**61,9**	**261,2**	**5,24**
Всего за день:				**24,11**	**24,26**	**91,34**	**597,66**	**0,36**	**42,49**	**0,04**	**4,14**	**88,94**	**61,9**	**261,2**	**5,24**
Сбалансированность:				**1**	**1,2**	**2,4**									