№ рецепта	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
День 6	**Завтрак**													
5	Каша манная молочная	250г	7.1	7.8	35.3	207	1.8				42	32.1	70	3.2
1	Бутерброд с маслом слив.	60г	3.12	7.57	19.57	161.30	0,16	-	0,3	-	31	91	35,75	1,65
209	Яйцо вареное	40г	5.08	4.6	0.28	63								
943	Чай с сахаром	250г	0,2		20,2	28		-	-	-	2		7	0,3
	Обед													
13	Огурец порционный сезонная нарезка	100г	0.3		0.7	5.2		0.2						0.2
92	Суп картофельный с мясом курицы	250г	6,28	7,5	19,5	174,7	0,41				52	402	59	5,4
143	Котлета рыбная	120г	10,4	3,52	11,6	115,78		0,3	-	-	56,71			0,84
	Макароны отварные с маслом сливочным	250г	5.6	5.2		150	0,255		•-	-	27		57	0.8
ГОСТ	Хлеб ржаной	80г	3,4	0,6	23,2	106	0,08	-	-	-	15	61,5	23	1,15
874	Кисель	250г	1,36		29,02	116,20								
	Фрукты свежие (банан)	200г.	0,4		3									
389	Сок фруктовый	200г.	0,4		18,5	136								
			40.98	52.77	180.19	1310,18								