

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	2
Итого за прием пищи:	710	26,95	27,65	117,25	822,50	
Всего за день:		42,85	43,68	184,45	1 310,58	

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	7,47	9,97	17,84	156,16	429
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	155	4,01	5,19	21,49	152,72	189
СОК ФРУКТОВЫЙ/ ВИНОГРАДНЫЙ/	180	0,87	0,17	17,63	75,08	382
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ГРУША/	100	0,40	0,30	10,30	47,00	338
Итого за прием пищи:	525	15,40	15,98	84,22	512,54	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,59	3,69	2,21	45,17	24
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,55	3,51	7,32	69,57	88
ПАСТА С КУРИЦЕЙ	200	20,44	20,02	70,46	537,41	14
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	349
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	2
Итого за прием пищи:	700	26,95	27,65	117,25	822,50	
Всего за день:		42,35	43,63	201,47	1 335,04	

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННОЙ 130/20	150	12,52	15,41	21,07	288,21	223
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	7,19	29,50	377
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ / ВАФЛИ/	20	1,50	1,96	14,88	83,40	21
Итого за прием пищи:	510	17,66	18,02	73,01	542,84	
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,96	3,06	4,14	48,01	35
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,13	3,65	14,58	101,79	112