

Неделя первая- ВТОРНИК

Зимний период

Этот период																
ПРИЕМ ПИЩИ ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамины С мг		№ рецептуры		
		1,5-3 г	3-7 л	Б		Ж		У		1,5-3г	3-7л	С				
				1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л	1,5-3г	3-7л							
ЗАВТРАК	Суп молочный с яичевой крупой	150.00	200	5.19	6.92	5.54	7.38	17.69	23.58	141.00	188.00	0.88	1.17	№ 170		
	Кофейный напиток с молоком	150.00	180	2.20	2.50	2.92	3.50	13.17	17.01	87.76	109.54	1.10	1.33	№ 513, 514		
	Хлеб пшеничный	35.00	50	3.00	4.50	5.62	6.92	17.28	24.66	131.70	178.92	0.04	0.07	№ 96,97		
	Масло сливочное	5.00	5													
	Сыр	6.00	10													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	346.00	445	10.39	14.08	14.08	18.23	48.14	65.25	360.46	476.46	2.02	2.57			
	Сок фруктовый	167.00	167	0.95	0.95	0.07	0.07	18.23	18.23	71.32	71.32	6.80	6.80	№ к/к		
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК	167.00	167	0.95	0.95	0.07	0.07	18.23	18.23	71.32	71.32	6.80	6.80			
	Суп картофельный с клецками	125.00	208	2.98	4.97	2.58	4.30	7.36	12.27	72.00	120.00	2.45	4.08	№ 151		
	Капуста, тушенная с птицей	180.00	210	6.30	7.35	7.68	8.96	9.78	11.41	133.44	155.68	22.26	25.97	№ 409,428		
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	40.00	60	0.77	0.85	2.43	3.65	3.34	5.19	37.56	56.34	3.80	5.70	№33 2011г.		
	Кисель из сухих фруктов	150.00	200	0.72	0.98	0.00	0.00	21.00	27.20	81.76	106.22	0.20	0.30	№ 239		
	Хлеб пшеничный	20.00	20	1.58	1.58	0.20	0.20	9.66	9.66	46.76	46.76	0.00	0.00			
	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	50	3.30	3.00	0.60	0.50	16.70	22.17	87.00	94.50	0.00	0.00			
	ИТОГО ЗА ОБЕД	555.00	748	15.65	13.49	13.49	18.23	67.84	87.90	458.52	579.50	28.71	36.05			
ПОЛДНИК	Сырники из творога	110.00	150	15.30	12.73	12.73	18.23	34.48	47.00	313.69	427.76	0.28	0.38	№ 327		
	Повидло	15.00	20													
	Кисломолочный напиток	150.00	180	4.35	5.22	4.80	5.76	6.00	7.20	88.50	106.20	1.05	1.26	№ 535		
	Фрукты	80.00	80	0.28	0.28	0.28	0.28	6.88	6.88	33.00	33.00	7.00	7.00	№ 118		
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	355.00	430	19.93	17.81	17.81	24.32	47.36	61.08	435.19	566.96	8.33	8.64			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1423.00	1790.00	46.92	45.45	45.45	61.08	181.57	222.43	1325.49	1694.24	45.86	54.06			