

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 день 4							
Завтрак	ленивые вареники	100	14,14	9,29	13,65	196,85	51
	какао на молоке	200	5,1	6,4	13,4	163,9	9
	хлеб с маслом	25	1,57	3,9	9,99	82,32	62
Второй завтрак	яблоки	100	0,33	0	11,22	45,54	13
Итого за завтрак:		425	21,14	19,59	48,26	488,61	
Обед	суп картофельный с клецками и мясом птицы	200	4,12	5,6	15,13	139,6	30
	печень по-строгановски	100	14,4	5,78	3,55	121,51	40
	каша гречневая с маслом (разная)	100	3,03	4,44	21,1	187	16
	овощи тушеные	65	1,42	3,08	4,57	51,02	23
	Хлеб ржаной	37	1,74	0,26	18,43	79,18	60
	хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1	59/1
	Сок	180	0	0	10,74	43,2	12
	Итого за обед:		712	27,2	19,55	87,95	689,61
Полдник	Рыба тушеная в томате с овощами	150	10,6	2,4	10,6	139	48
	Хлеб пшеничный	10	0,83	0,13	4,81	22,7	59/2
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	56,1	1
Итого за полдник:		360	11,43	2,53	30,38	217,8	
Итого за день:		1497	59,77	41,67	166,59	1396,02	