

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 день 6							
Завтрак	макароны с тертым сыром	125	5,94	5,31	20,43	154,65	22
	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	2
	хлеб с маслом	25	1,57	3,9	9,99	82,32	62
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	56,1	1
Второй завтрак	яблоки	100	0,33	0	11,22	45,54	13
Итого за завтрак:		490	12,92	13,81	56,89	401,41	
Обед	суп-пюре гороховый с гречками	250	9,61	8,12	32,78	238,47	32
	котлета мясная рубленая паровая	50	7,35	2,96	2,72	63,89	42
	картофель отварной	100	2,73	2,16	16,01	92,51	18
	овощи тушеные	65	1,42	3,08	4,57	51,02	23
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	60/1
	Хлеб пшеничный	15	1,06	0,16	6,18	29,18	59/4
	кисель из свежих фруктов	180	0,86	0,09	24,17	95,69	4
	Итого за обед:		700	24,91	16,85	106,35	656,36
Полдник	Ватрушка с творогом	130	10,48	10,9	33,11	287,3	54
	Кисломолочный продукт	160	4,48	5,12	7,52	92,8	11/3
Итого за полдник:		290	14,96	16,02	40,63	380,1	
Итого за день:		1480	52,79	46,68	203,87	1437,87	