

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 день 5							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	100	5,9	8,16	3,6	110,65	47
	Хлеб с маслом	25	1,57	3,9	9,99	82,32	62
	Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	19,6	114,8	5
Второй завтрак	Яблоки свежие	63	0,21	0	7,14	28,98	13/1
	Витаминизированный напиток	187,5	0	0	56,25	15	6
Итого за завтрак:		575,5	10,48	15,26	96,58	351,75	
Обед	Бульон куриный с гренками	250	14,254	14,558	10,936	229,048	31
	Яйцо вареное	20	2,54	2,3	0,14	31,4	2(1)
	Жаркое домашнему	140	12,52	16,9	13,04	212,11	41
	Икра свекольная	70	1,08	9,71	8,14	120,83	21 (21/1/2)
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,62	45,4	59/3
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	60/1
	Компот из сухофруктов	180	0,54	0	27,85	107,7	3
Итого за обед:		720	34,474	44,008	89,646	832,088	
Полдник	Булочка молочная	50	4,64	0,99	26,11	132	24
	Молоко	200	5,6	6,4	9,4	116	7/1
Итого за полдник:		250	10,24	7,39	35,51	248	
Итого за день:		1545,5	55,194	66,658	221,736	1431,838	