

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 вермишелью 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
	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	150	0	0	10,74	43,2	12/2
	Итого за обед:		617	25,78	16,47	83,38	638,59
Полдник	Рыба тушеная в томате с овощами	100	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	1/1
Итого за полдник:		310	11,43	2,53	30,38	217,8	
Итого за день:		1352	58,35	38,59	162,02	1345	

