

Наименование блюда	Выход блюда.	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
4 день							
Завтрак							
Каша рисовая с яблоками	150	3,77	6,3	32,77	202,5	61,87	97
Молоко кипяченое	200	5,64	5	9,73	104	2,6	255
Хлеб пшеничный	20	2,37	0,6	8,4	46,2	0	
ИТОГО	370	11,78	11,9	50,9	352,7	64,47	
2-й завтрак							
Фрукты свежие	100	0,4	0	9,8	45	165	
ИТОГО	100	0,4	0	9,8	45	165	
Обед							
Суп картофельный с рыбой	200	10,57	3,29	5,36	92,99	9,07	41
Птица отварная	44	8,4	3,25	0,22	63,8	0	487
Рагу овощное	150	3,51	13,41	19,32	208,9	20,19	77
Сок фруктовый/овощной	180	0,72	0	20,34	77,4	21,6	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	72	0	
Хлеб ржаной	37,5	2,07	0,37	11,45	55,33	0	
ИТОГО	641,5	27,55	20,59	71,6	570,42	50,86	
Полдник							
Вафли	40	2,64	3,4	28,96	170,4	0,09	
Кофейный напиток	180	2,51	2,87	17,73	106,8	1,17	253
ИТОГО	220	5,15	6,27	46,69	277,2	1,26	253
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1331,5	44,88	38,76	178,99	1245,32	281,6	253