

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
1 день							
Завтрак							
Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	9
Икра кабачковая	100	2	9	8,54	122	16	
Чай	180	2,51	2,29	11,94	78,52	0,7	262
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,75	10,5	57,75	0	
Повидло	20	0,08	0	13,06	20	0,4	
ИТОГО	365	11,59	16,64	44,34	341,27	17,1	
2-й завтрак							
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,56	93,42	0,54	
ИТОГО	180	5,04	4,5	7,56	93,42	0,54	
Обед							
Рассольник ленинградский	200	4,02	9,04	25,9	119,68	9,81	32
Тефтели	100	7,83	11,56	8,07	167,64	21,6	174
Макаронные изделия	90	3,31	3,18	21,2	126,66	0	194
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	637,5	20,23	24,42	101,87	618,71	53,01	
Полдник							
Печенье творожное	100	13,8	8,33	25,3	236,4	0,7	128
Какао	200	3,77	3,93	25,95	153,92	1,3	248
ИТОГО	300	17,57	12,26	51,25	390,32	2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1482,5	54,43	33,4	205,1	1443,72	72,65	