

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая	Вита мин С
				Б	Ж	У		
День 4 (зима 1-3)=5								
Завтрак								
	7	Сыр порциями Российский	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,07
	92	Суп молочный манный	180	4,94	4,54	14,50	98,89	0,88
	392	Чай с молоком 160/10	160	2,67	2,34	14,30	89,00	1,20
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	68,30	
Фактическое содержание, г			390,0	12,6	10,3	42,2	292,2	2,1
Норма, г, не менее			350-450	10,5	11,75	50,8	350,0	
2 завтрак								
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
Фактическое содержание, г				0,38	0,38	9,3	42,2	9,5
Норма, г, не менее				2,1	2,4	10,2	70,0	
Обед								
	*216	Суп с макаронными изделиями	180	3,50	4,35	16,95	120,89	
		Суфле из отварного мяса с рисом	60	9,33	8,50	12,50	164,30	
	*714	Рагу овощное с картофелем	100	5,16	6,90	12,50	132,86	
	372	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,09	18,06	73,53	0,65
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	
Фактическое содержание, г			530	21,27	20,24	79,33	585,1	0,65
Норма, г, не менее			450-550	14,70	16,45	71,05	490,00	
Ужин (уплотнённый полдник)								
	41	Салат из моркови и яблок	40	0,34	2,09	3,15	32,76	2,78
	159	Суфле из моркови с творогом	160	15,31	13,54	25,12	283,55	3,29
		Соус фруктовый	15	0,07	0,01	9,70	39,07	0,31
	494	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	35	4,41	1,99	12,70	86,44	0,04
	397	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,56	91,62	0,45
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Фактическое содержание, г			450,00	26,59	20,24	64,74	547,44	4,08
Норма, г, не менее			400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
ИТОГО за 1 день				60,8	51,2	195,5	1466,9	16,4
Норма, г, не менее				42,0	47,0	203,0	1400,0	











