

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энергическая ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
8.30-9.00	Суп молочный с макаронами	200	5,45	5,51	19,02	135	1	44
	Бутерброд со сливочным маслом	15\5	2,1	4,22	14,8	100	0	16
	Какао с молоком	180	1	1.1	12	86	0	15
	итого		8,55	10,83	45,82	321	2,17	



Второй завтрак

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энергическая ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
	Яблоко	100	0,32	0,32	7,84	37,6	8	46
	итого		0,32	0,32	7,84	37,60	8	



Обед

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энерг ценность (ккал)	Витами н С	Номер рецептур ы
			Б	Ж	У			
			12.00-12.30	Капуста квашенная	48			
	Борщ со сметаной	200\18	3,04	5,3	9	100	9,74	27
	Плов с курицей	150	15	13,86	25,09	285	0,384	286
	Кисель из смеси сухофруктов	180	0,45	0	23	88	0,4	253
	Хлеб ржаной	36	0,76	0,08	10,92	23,5	0	5
	Хлеб пшеничный	30	5,92	0,37	25,9	124,1	0	4
	итого		25,23	21,11	99,91	629	16,524	



Полдник

Прием пищи	Наименован ие блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энерг ценно сть (ккал)	Витами н С	Номер рецептур ы
			Б	Ж	У			
			15.30-15.45	Булочка домашняя	70			
	Молоко кипячёное	175	5,8	5	9,6	108	2,6	255
	Конфета	30	2,25	3,54	1,43	125,1	0	58
	итого		13,1	18,17	44,55	410,8	2,877	

