

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 гречневый	200	5,4	6,3	17,8	138	1,17	1
	Кофейный напиток с молоком	180	1,3	1,3	14	92	1	48
	Бутерброд с сыром	15\11	5,06	7	14,62	126	0,19	3
	итого		11,76	14,6	46,42	356	2,36	



Второй завтрак

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энергическая ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
10.30-11.00	Сок фруктовый	200	3,75	0	37,45	208,6	200,3	407
	итого		3,75	0,00	37,45	208,60	200,30	



Обед

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энерг. ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
12.00-12.30	Морковь отварная	40	0,06	1,5	6	8,4	6	70
	Суп уха	200	5,3	6,5	25,3	150,3	12,05	41
	Печень тушеная в соусе	80	7,5	8	6,99	124,8	0,69	206
	Пюре картофельное	128	2,9	4,3	17,5	135	17,95	411
	Компот из яблок	180	0,16	0,16	15,893	60	6,6	240
	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		26,35	20,91	145,95	834,7	243,59	



Полдник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г)с3л			Энерг. ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
15.30-15.45	Омлет	40	8,9	12,01	2,12	148,2	0,49	110
	Икра кабачковая промышленного производства	50	0,72	2,83	4,63	46,8	5,76	
	Чай	180	0	0	11,98	43	2	263
	Хлеб пшеничный	10	0,13	18	91,2	18	0	4
	Вафли	50	2,8	3,3	77,3	35,4		
	итого		12,55	36,14	178,23	291,4	8,25	

