

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)сЗл	Пищевые вещества (г)сЗл			Энерг. ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
8.30-9.00	Каша дружба молочная	200	6	7,32	27	198	1,95	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,04	4,92	23,5	0,6	4
	Кофейный напиток с молоком	180	1,3	1,3	14	92	1	253
	Бутерброд с маслом	10\4	5,4	6,3	17,8	138	1,17	3
	<b>Итого</b>		<b>12,7</b>	<b>14,92</b>	<b>58,8</b>	<b>428</b>	<b>4,12</b>	



## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)сЗл	Пищевые вещества (г)сЗл			Энерг. ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
10.30-10.45	Сок	200	3,75	0	37,45	208,6	200,3	407
	<b>Итого</b>		<b>3,75</b>	<b>0,00</b>	<b>37,45</b>	<b>208,60</b>	<b>200,30</b>	



## ОБЕД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г )с3л			Энерг ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
12.00-13.00	Морковь отварная	48	0,06	1,5	6	8,4	6	70
	Суп гороховый	200	6,5	5,2	22,09	150	6,1	36
	Куриная грудка в томатном соусе	60	7,22	9	2,32	100	1,5	195
	Макароны отварные	70	5,34	6,96	31,45	203	2,95	179
	Кисель из смеси сухофруктов	180	0,45	0	23	88	0,4	241
	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
	<b>итого</b>		<b>26,25</b>	<b>23,11</b>	<b>121,68</b>	<b>697</b>	<b>16,95</b>	



## 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	Плов фруктовый	140	2,47	4,66	34,78	200,3	0,27	287
	Молоко	175	5,8	5	9,6	108	2,6	
	Печенье	40	3,75	5,9	37,45	208,6	0	255
	<b>итого</b>		<b>12,02</b>	<b>15,56</b>	<b>81,83</b>	<b>516,9</b>	<b>2,87</b>	

