

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	Суп молочный с крупой	200	5,4	6,3	17,8	138	1,17	43
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,04	4,92	23,5	0,6	4
	Чай с молоком	180	0	0	11,98	43	2	261
	Бутерброды с маслом	10\4	5,4	6,3	17,8	138	1,17	3
	<b>итого</b>		<b>10,8</b>	<b>12,6</b>	<b>47,58</b>	<b>319</b>	<b>4,34</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	Свекла отварная	48	0,06	1,5	6	8,4	6	70
	Суп рыбный	200	6,5	5,2	22,06	150	6,1	41
	Голубцы ленивые	180	5,55	4	4,05	77,63	8,42	151
	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
	<b>итого</b>		<b>13,4</b>	<b>7,31</b>	<b>80,773</b>	<b>366</b>	<b>18,7</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	Булочка домашняя	70	5,05	9,63	33,52	177,7	0,277	274
	Молоко кипячёное	175	5,8	5	9,6	108	2,6	255
	<b>итого</b>		<b>10,85</b>	<b>14,63</b>	<b>43,12</b>	<b>285,7</b>	<b>2,877</b>	

