

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 день 9							
Завтрак	Вермишель отварная в молоке	200	6.7	11	26	209	57
	Хлеб с маслом	25	1.57	3.9	9.99	82.32	62
	Чай с сахаром	200	0	0	14.97	56.1	1/1
Второй завтрак	Яблоки свежие	100	0.33	0	11.22	45.54	13
Итого за завтрак:		525	8,6	14,9	62,18	392,96	
	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4.87	6.12	21	151	35
	Гуляш	42	9,71	9,65	1,56	129,3	46 (46/1)
	Каша гречневая (разная) с маслом	100	3.03	4.44	21,1	187	16
	Овощи тушеные	65	1.42	3.08	4.57	51.02	23/2
	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.39	14.43	68.1	59/1
	Хлеб ржаной	37	1,74	0,26	18,43	79,18	60
	Компот из сухофруктов	180	0,54	0	27,85	107,7	3
Итого за обед:		654	23,8	23,94	108,94	773,3	
Полдник	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	105	11.81	2.79	6.54	98.66	49/1
	Зеленый горошек	25	0.78	0.05	1.63	10	64
	Хлеб пшеничный	10	0.83	0.13	4.81	22,7	59/2
	Сок	150	0	0	5	19,2	
Итого за полдник:		290	13,42	2,97	17,98	150,56	
Итого за день:		1469	45,82	41,81	189,1	1316,82	