

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 день 6							
Завтрак	макароны с тертым сыром	90	5,94	5,31	20,43	154,65	22
	яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	2
	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	100	0,33	0	11,22	45,54	13
Итого за завтрак:		455	12,92	13,81	56,89	401,41	
Обед	суп гороховый с гречками	200	9,61	8,12	32,78	238,47	32
	котлета мясная рубленая паровая	50	7,35	2,96	2,72	63,89	42
	картофель отварной	100	2,73	2,16	16,01	92,51	18
	овощи тушеные	65	1,42	3,08	4,57	51,02	23
	Хлеб ржаной	37	1,88	0,28	19,92	85,6	60/1
	Хлеб пшеничный	17	1,06	0,16	6,18	29,18	59/4
	кисель из свежих фруктов	180	0,86	0,09	24,17	95,69	4
	Итого за обед:		649	24,91	16,85	106,35	656,36
Полдник	Ватрушка с творогом	60	5,24	5,45	16,55	143,65	54
	Кисломолочный продукт	100	4,48	5,12	7,52	92,8	11/3
Итого за полдник:		160	9,72	10,57	24,07	236,45	
Итого за день:		1264	47,55	41,23	187,31	1294,22	