

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ(_____)		САД	САД	САД	САД	САД	
ЗАВТРАК	Каша молочная овсяная	200	5,53	6,33	26,12	184,00	194
ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом	50	2,49	3,93	27,56	156,00	2
ЗАКТРАК	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	412
2 ЗАВТРАК	Фрукты/сок	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	50	14,08	50,76	86,47	599,00	21
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	4,39	4,22	13,06	107,8	87
ОБЕД	Макароны отварные	135	24,2	3,46	130,80	651,42	218
ОБЕД	Тефтеля рыбная с соусом	95	8,88	3,68	9,34	106	277
ОБЕД	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	
ОБЕД	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	15,0	74,99	
ОБЕД	Кисель из кураги	180	0,89	0,06	28,56	118,4	398
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	100	7,08	13,14	55,74	370,00	443
ПОЛДНИК	Кефир	160	4,65	4,01	6,41	891,00	420
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1513	116,72	90,67	431,36	3402,21	