

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ		САД	САД	САД	САД	САД	
ЗАВТРАК	Каша молочная манная	200	5,53	6,33	26,12	184,00	194
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	35	2,45	7,55	14,62	136,00	1
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 свеклы с зеленым горошком	50	0,83	2,09	4,10	38,55	35
ОБЕД	Борщ с картофелем и капустой	200	1,46	3,92	10,2	82,00	63
ОБЕД	Рыба тушеная с овощами	70	7,64	3,56	1,93	70,00	361
ОБЕД	Рис отварной	155	3,65	5,37	36,68	209,7	332
ОБЕД	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
ОБЕД	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	
ОБЕД	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	15,0	74,99	
ПОЛДНИК	Макароны с сыром	150	8,38	7,71	28,84	198,00	220
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	412
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1563	74,73	37,77	201,48	1265,68	