

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ(_____)		САД	САД	САД	САД	САД	САД	
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	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	Икра кабачковая	50	0,02	0,02	4,1	4,5		57
ОБЕД	Борщ с фасолью	200	2,83	4,08	11,62	94,6		69
ОБЕД	Запеканка из печени с рисом	160	20,0	8,13	22,0	21,00		311
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 сока	180	0,57	0,06	30,20	123,6		400
ПОЛДНИК	Макароны с сыром	150	8,38	7,71	23,84	198,00		220
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00		412
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1498	84,43	34,98	190	1021,29		