

5 день пятница , неделя 1-я

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1 Завтрак	Вермишель отварная с маслом, сахаром	130	4,195	4,340	37,910	212,085	48
	Чай с лимоном	200	0,04	0	23,74	40	24
	Бутерброд с повидлом	30*7	2,36	7,49	14,71	137,50	1
Второй завтрак	Мандарин	100	0,75	0,15	15,15	96	
Обед	Икра из вареной моркови	60	0,416	5,027	2,670	55,830	201
	Суп картофельный с кукурузой	200	9,000	5,110	11,700	130,000	113
	Плов рисовый с мясом кур	140	14,76	10	30	352,5	375
	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Компот апельсиновый	200	0,14	0	21,49	88,74	28
Полдник	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	22
	Гренка	40	2,95	2,35	37,5	183	81
	ИТОГО за 1 день		46,8	51,17	224,32	1582,76	

