

4 день четверг, неделя 1-я

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1 Завтрак	Каша молочная пшеничная	180	7,79	9,9	35,99	266,89	13
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	23
	Бутерброд с маслом	30*10	2,36	7,49	14,71	137,50	1
Второй завтрак	Яблоко	100	0,75	0,15	15,15	96	
Обед	Салат из свеклы и соленого огурца	60	60	1,050	3,710	5,550	31
	Суп картофельный с манной крупой	200	5,931	7,686	15,726	190,740	121
	Овощное рагу с мясом птицы	150	5,931	7,686	15,726	190,740	124
	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Напиток Лимонный	200	0,22	0,02	36,64	142	30
Полдник	Чай с молоком	200	200	2,520	2,880	19,200	419
	Вафля	30	1,17	9,18	18,75	162,30	580
	ИТОГО за 1 день		46,8	51,17	224,32	1582,76	