

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	Омлет	80	13,000	20,000	3,200	246,000	268
	Чай с лимоном	200	0,04	0	23,74	40	24
	Бутерброд с маслом	30*7	2,36	7,49	14,71	137,50	1
Второй завтрак	Сок	100	0,300		13,800	54,000	105
Обед	Соленый огурец	20	0,46	3,65	1,42	40,34	13
	Суп картофельный на курином бульоне	200	7,646	9,053	16,763	195,660	111
	Ёжики из мяса птицы и говядины	110	18,761	21,410	11,817	324,610	26
	Томатный соус	40	0,639	3,905	4,100	54,270	25
	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Компот «Ассорти»	200	0,04	0,00	24,76	94,20	27
Полдник	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	22
	Бутерброд с сыром	30*10	6,9	9	10	149	6
	ИТОГО за 1 день		46,8	51,17	224,32	1582,76	

