

Вторник, неделя 1-ая

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2 Завтрак	Запеканка из творога	130	15,98	16,78	15,86	283,72	279
	Чай с сахаром	200	0,300	0,100	9,500	40,000	459
	Бутерброд с повидлом	30/10	6,900	9,000	10,000	149,000	63
Второй завтрак	Напиток лимонный	100	0	0	13,5	46,5	233
Обед	Салат из моркови	60	0,600	5,000	2,100	44,000	18
	Щи из свежей капусты	200	17,400	6,400	3,090	136,000	104
	Гуляш из курицы	80	9,41	8,63	2,35	124,68	318
	Рис отварной	120	4,000	2,600	35,000	182,000	241
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	Компот из яблок	180	0,94	0,05	19,06	81,26	394
Полдник	Оладьи	50	2,67	1,51	15,96	88,17	428
	Кисель	180	1,400	0,000	29,000	122,000	503
	ИТОГО за 2 день		53,17	49,46	172,65	1352,08	