

№ рец	4 День	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (г)
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	7	8	С			
	ЗАВТРАК							
206	Макаронны отварные с сыром	200	12,38	13,34	30,28	290,66	0,18	
1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	0,00	
393	Чай с лимоном	190	0,12	0,02	10,20	41,00	2,84	
	Итого	430	14,95	20,91	55,10	467,66	3,02	
	2 ЗАВТРАК							
400	Сок яблочный	100	0,50	0,00	12,70	52,70	4,00	
б/н	Печенье	50	2,90	3,40	20,90	124,40	0,30	
	Итого	150	3,40	3,40	33,60	177,10	4,30	
	ОБЕД							
76	Рассольник Ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,60	6,03	
298	Голубцы ленивые	150	10,11	10,50	20,26	219,01	20,03	
ПР	Хлеб ржаной	50	3,30	0,50	20,10	95,00	0,00	
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,10	0,20	20,10	94,70	0,00	
376	Кампот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,98	101,70	0,36	
б/н	Овощи по сезону	60	0,70	0,10	2,20	14,00	6,00	
	Итого	680	19,29	15,41	100,91	621,01	32,42	
	ПОЛДНИК							
458	Оладьи со стущ.мол	100	9,05	11,38	49,10	335,00	0,44	
368	банан	100	1,03	2,15	20,09	86,40	9,00	
966	Молоко кипяченое	180	5,49	4,88	9,07	102,01	2,45	
	Итого	380	15,57	18,41	78,26	523,41	11,88	
	ИТОГО ЗА(4) ДЕНЬ		53,21	58,13	267,87	1789,18	51,62	
	5 День							
№ рец		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (г)	
	Прием пищи, наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	С	
1	2	3	4	5	6	7	8	
	ЗАВТРАК							
94	Суп молочный манный	200	4,82	5,08	16,84	132,40	0,92	