

1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	0,00
213	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
392	чай с сахаром	190	0,06	0,02	9,99	39,99	0,04
	<b>Итого</b>	<b>470</b>	<b>12,41</b>	<b>17,25</b>	<b>41,73</b>	<b>371,39</b>	<b>0,96</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>						
385	Яблоки печёные	50	0,20	0,20	15,52	68,24	2,12
399	Сок морковный	180	1,98	0,18	22,68	100,00	5,40
	<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>2,18</b>	<b>0,38</b>	<b>38,20</b>	<b>168,24</b>	<b>7,52</b>
	<b>ОБЕД</b>						
б/н	Овощи по сезону	60	0,70	0,10	2,20	14,00	6,00
57	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	3,93	10,20	102,37	8,23
137	Рагу овощное	155	2,45	12,79	13,45	178,62	7,69
277	Гуляш из отварного мяса	80	20,62	16,30	5,25	250,00	1,10
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
373	Компот из свежих яблок	180	0,22	0,13	25,06	102,24	1,55
	<b>Итого</b>	<b>765</b>	<b>31,85</b>	<b>33,95</b>	<b>96,36</b>	<b>836,93</b>	<b>24,57</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>						
449	Оладьи с стуж молокам	100	9,05	11,38	49,10	335,00	0,44
400	Молоко кипяченое	180	5,49	4,88	9,07	102,01	2,45
	<b>Итого</b>	<b>280</b>	<b>14,54</b>	<b>16,26</b>	<b>58,17</b>	<b>437,01</b>	<b>2,88</b>
	<b>ИТОГО ЗА(5)ДЕНЬ</b>		<b>60,98</b>	<b>67,84</b>	<b>234,46</b>	<b>1813,57</b>	<b>35,93</b>
	<b>6 День</b>						
№ рецептуры	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность</b>	<b>Витамины (г)</b>
			<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал</b>	<b>С</b>
1	2	3	4	5	6	7	8
	<b>ЗАВТРАК</b>						
93	Суп молочный рисовый	200	6,03	6,35	21,05	165,50	1,13
1	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	0,00
42	Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,00	54,65	0,11
945	Чай со молоком	200	1,46	1,60	16,40	86,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>13,42</b>	<b>19,93</b>	<b>52,07</b>	<b>442,15</b>	<b>1,24</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>						
458	Фрукты свежие (Банан)	100	1,03	0,45	18,90	86,40	9,00