

№ рецептуры	9 День	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (г)
				Белки	Жиры	Углеводы		
1		2	3			7	С	
		ЗАВТРАК					8	
206		Макароны отвар с сыром	200	13,34	30,28	290,66	0,18	
1		Бутерброд с маслом	40	7,55	14,62	136,00	0,00	
945		Чай со молоком	200	1,60	16,40	86,00	0,00	
		Итого	440	22,49	61,30	512,66	0,18	
		2 ЗАВТРАК						
385		Яблоки печёные	50	0,20	15,52	68,24	2,12	
399		Сок морковный	100	1,10	12,60	55,56	3,00	
		Итого	150	0,30	28,12	123,79	5,12	
		ОБЕД						
б/н								
76		Рассольник Ленинградский	200	1,68	13,27	96,60	6,03	
292		Макароник с печенью	200	20,10	41,70	487,20	8,98	
376		Кампот из сушеных фруктов	180	0,40	24,98	101,70	0,36	
ПР		Хлеб ржаной	50	3,30	20,10	95,00	0,00	
ПР		Хлеб пшеничный	40	3,10	20,10	94,70	0,00	
		Итого	670	28,58	120,15	875,20	15,37	
		ПОЛДНИК						
458		Ватрушка с творогом	90	9,21	59,18	201,19	0,42	
368		Фрукты свежие яблоки	75	0,30	7,35	33,00	7,50	
966		Ряженка	180	5,22	7,20	106,20	1,26	
		Итого	345	14,73	73,73	340,39	9,18	
		ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ		60,90	283,30	1852,04	29,85	
		10 День						
№ рец		Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (г)
				Белки	Жиры	Углеводы		
1		2	3	4	5	6	7	С
		ЗАВТРАК						8
94		Суп молочный манный	200	4,82	5,08	16,84	132,40	0,92