



2 день 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	60	1,07	3,07	3,74	47,29	40	2012
АЗУ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	180	6,19	7,89	13,84	155,89	260	2008
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /СНЕЖОК/	180	4,86	4,50	19,44	142,20	386	2017
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ЯБЛОКО/	110	0,44	0,44	10,78	51,70	338	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	ПП	
Итого за прием пищи:	570	15,61	16,15	67,87	491,81		
Обед							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ /ТОМАТЫ/	60	0,66	0,00	1,44	8,40	70	2017
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,63	3,17	12,59	113,24	111	2017
РЫБА АППЕТИТНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	11,47	15,94	49,28	370,21	385	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,55	1,21	12,29	66,58	378	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	ПП	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	ПП	
МОЛОКО ПРОМ.ПРОИЗВОДСТВА УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	ПП	
Итого за прием пищи:	930	26,98	25,68	117,7	819,11		
Полдник							
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150	11,47	14,86	16,41	238,97	274	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	180	0,14	0,14	12,13	51,25	342,1	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	ПП	
Итого за прием пищи:	350	12,93	15,18	37,02	331,01		
Всего за день:		55,52	57,01	222,59	1 641,93		