



5 день 2 недели

5 день 2 недели							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ	100	0,80	0,10	1,70	13,00	70	2017
ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,09	10,61	26,81	247,11	291	2017
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,17	0,07	14,34	59,93	375	2011
МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА Т/П ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	ПП	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		2020
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2020
Итого за прием пищи:	720	17,54	15,93	70,68	512,95		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,41	6,09	8,28	93,46	52	201
СУП С КЛЕЦКАМИ	250	2,86	4,74	14,06	112,42	118,2	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	20,77	21,36	31,14	339,13	259	2017
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКИ/	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338	2017
Итого за прием пищи:	970	34,11	33,78	134,43	924,02		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ СУБПРОДУКТОВ /СЕРДЦЕ ГОВЯЖЬЕ/С РИСОМ/	220	14,54	12,11	45,28	332,01	ТТК	2023
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 200/20	180	0,00	0,00	6,97	27,87	349	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2020
ХЛЕБ РЖАНОЙ	420	15,86	12,29	60,73	400,67		
Итого за прием пищи:		67,51	62,00	265,84	1 837,64		
Всего за день:							