

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Какао с молоком		180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
Каша молочная из разных круп		150	5,00	6,00	21,00	162,00	18/1
Батон с сыром		30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	12,93	13,37	43,98	347,91	
10 ЧАСОВ							
Сок		100			16,00	68,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
помидоры соленные		40			1,00	8,00	15/7
Суп с мучными клецками		150	3,00	3,00	15,00	95,00	37/1
Капуста тушеная с томатом		130	3,00	1,00	8,00	51,00	10/1
Котлеты, биточки (говяжьи)		60	10,00	10,00	3,00	139,00	4/3
Компот из кураги		150	1,00		11,00	47,00	23/3
-Хлеб столичный		20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
-Хлеб пшеничный		20	2,00		10,00	47,00	114/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		570	19,48	14,46	57,36	437,53	
ПОЛДНИК							
Снежок		160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
Бананы		60	1,00		12,00	50,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	4,50	3,39	25,92	152,21	
УЖИН							
-Картофельное пюре		150	3,00	3,00	22,00	124,00	339/9
Оладьи из печени по- кунцевски		60	12,00	6,00	6,00	123,00	20/3
Чай полусладкий		150			4,00	17,00	6/3
-Хлеб столичный		20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
-Хлеб пшеничный		20	2,00		10,00	47,00	114/3
ИТОГО ЗА УЖИН		400	18,11	8,93	52,36	362,21	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1650	55,00	40,00	196,00	1368,00	