

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. цене. (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1 день						
Завтрак						
679	Блины со сгущенным молоком	200/30	20,75	8,27	93,00	531,65
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
629	Чай заварка с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,01	15,18	62,23
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	164,50
	Итого		26,73	9,24	152,42	805,38
	Всего		26,73	9,24	152,42	805,38
2 день						
Завтрак						
481	Фрикадельки мясные в соусе	110/20	13,42	36,32	17,14	449,33
463	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,58	2,77	47,96	258,72
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
642	Какао с молоком	200	4,02	3,23	17,25	113,54
	Итого		32,59	42,81	111,87	962,60
	Всего		32,59	42,81	111,87	962,60
3 день						
Завтрак						
284	Омлет натуральный	210	14,44	22,99	3,58	279,30
	Зеленый горошек консервированный	50	1,55	0,10	3,10	20,00
629	Чай заварка с сахаром	200/15	0,20	-	14,97	59,85
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Итого		19,23	23,41	41,33	453,15
	Всего		19,23	23,41	41,33	453,15
4 день						
Завтрак						
161	Вермишель на молоке цельном с маслом	250/5	8,59	6,90	42,85	268,73
	Мандарины	100	0,80	0,20	7,50	38,00
642	Какао с молоком	200	4,02	3,23	17,25	113,54
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Итого		16,45	10,65	87,28	514,27
	Всего		16,45	10,65	87,28	514,27
5 день						
Завтрак						
т.4ст.149	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке с маслом	250/3	7,94	7,31	31,58	224,59
629	Чай заварка с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,01	15,18	62,23
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Печенье	60	4,50	5,88	44,64	250,20
	Итого		15,75	13,52	111,08	631,02
	Всего		15,75	13,52	111,08	631,02
6 день						
Завтрак						
450	Макароны, запеченные с сыром	200	11,42	18,91	47,96	408,84
	Кукуруза консервированная	100	2,00	1,00	15,00	80,00
1024	Кофейный напиток на молоке цельном	200	1,45	1,25	22,36	133,76
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Итого		18,67	21,56	109,92	740,10
	Всего		18,67	21,56	109,92	740,10
7 день						
Завтрак						
297	Запеканка из творога с молоком сгущенным	190/50	42,88	14,75	59,08	548,14
	Печенье	60	4,50	5,88	44,64	250,20
642	Какао с молоком	200	4,02	3,23	17,25	113,54
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
	Итого		55,96	24,34	150,49	1 052,88
	Всего		55,96	24,34	150,49	1 052,88
8 день						
Завтрак						
т.4ст.149	Каша пшеничная на молоке с маслом	250/5	8,84	7,90	40,85	270,73
	Печенье	60	4,50	5,88	44,64	250,20
629	Чай заварка с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,01	15,18	62,23
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
	Итого		18,16	14,27	130,19	724,16
	Всего		18,16	14,27	130,19	724,16
9 день						
Завтрак						
732	Котлета рубленая из цыпленка	80/20	16,92	19,13	12,74	291,21

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. цене. (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
463	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,58	2,77	47,96	258,72
	Зеленый горошек консервированный	40	1,24	0,08	2,48	16,00
1024	Кофейный напиток на молоке цельном	200	1,45	1,25	22,36	133,76
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Итого		33,24	23,56	105,22	793,69
	Всего		33,24	23,56	105,22	793,69
10 день						
Завтрак						
	Пельмени	230	-	-	-	-
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
629	Чай заварка с сахаром	200/15	0,20	-	14,97	59,85
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Итого		2,12	0,56	34,61	153,85
	Всего		2,12	0,56	34,61	153,85
ИТОГО ПО МЕНЮ ВСЕГО:			238,91	183,90	1 034,41	
ИТОГО ПО МЕНЮ соотношение			1,30	1,00	5,62	