

Неделя 1 День 2									
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	г		
Возрастная категория: 7-11 лет									
Завтрак									
Итого за завтрак			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед									
Итого за обед			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за день			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Возрастная категория: 12 лет и старше									
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200/10	6,08	11,18	33,48	260,00	175**		
	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0,00	107,49	15**		
Итого за завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	1,90	15,94	100,60	379**		
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	116,90		
Итого за обед			20,09	22,43	73,57	584,99			
Итого за день	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	5,04	18,06	134,00	51*		
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,89	4,65	19,98	147,00	139*		
	Птица тушеная в смет. соусе	100(60/40)	13,88	17,78	4,50	199,00	493*		
	Макаронные изделия отварные	180	6,38	5,87	42,62	253,00	516*		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	28,88	116,00	639*		
	Хлеб ржаной	60	3,36	0,66	29,64	137,94	116,00		
Итого за обед			31,80	34,00	143,68	986,94			
Итого за день			51,89	56,43	217,25	1571,93			