

Неделя 1 День 4								№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая		
			Белки	Жиры	Углеводы	ценность		
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	Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,56	5,69	21,54	180,00	120**	
		30/15/5	5,80	9,30	14,83	157,00	3**	
	Бутерброд с сыром	200	0,20	0,05	15,01	57,00	685*	
	Чай с сахаром	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338**	
	Яблоко свежие		12,96	15,44	61,18	441,00		
Итого за завтрак	Салат с фасолью	100	1,62	6,2	8,9	97,88	68*	
		250/5	1,80	5,57	7,77	93,00	124*	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	26,96	8,96	37,35	399,33	492*	
	Плов из птицы	200	0,16	0,16	27,87	109,00	631*	
	Компот из свежих плодов	60	3,36	0,66	29,64	137,94	119	
Хлеб ржаной								
Итого за обед			33,90	21,55	111,53	837,15		
Итого за день			46,86	36,99	172,71	1278,15		

Возрастная категория: 12 лет и старше

300

30/15/5

200

100

100

250/5

200

200

60

Суп молочный с макаронными изделиями

Бутерброд с сыром

Чай с сахаром

Яблоки свежие

Салат с фасолью

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной

Плов из птицы

Компот из свежих плодов

Хлеб ржаной