

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 День							
Завтрак							
	Каша кукурузная молочная	200	7,7	7,7	27,3	170	№77
	Чай	200	0,2	0,04	14,9	56,8	№64
	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	0,07	7,8	0,1	112	№109
	Всего за завтрак		7,97	15,54	42,3	338,8	
2 Завтрак	Кисель	150	0,3	-	34,4	130	№62
Обед	Щи на м.б. со сметаной	200/11	1,78	6,24	11,6	105,9	№6
	Каша перловая	150	3,5	5,6	23,3	258,18	№43
	Рыба тушеная с овощами	70	10,6	2,4	10,6	139	№24
	Компот из сухофруктов	200	0,54	0	27,85	107,7	№61
	Хлеб ржаной	50	3,2	0,7	28,6	128	№113
	Хлеб пшеничный	50	1,8	0,65	11,5	112	№112
	Всего за обед		21,42	15,59	113,45	950,78	
Уплотненный полдник	Ватрушка с творогом	80	4	5,7	13,1	305	№82
	Молоко кипяченое	180	2,9	3,2	4,7	56,87	№64а
	Всего за полдник		6,9	8,9	17,8	361,87	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		36,59	40,03	207,15	1781,45	
	Среднее значение за период		54	60	261	1800	