

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2			Б	Ж	У		
<i>Завтрак</i>							
	Омлет	100	6,4	8,5	2,68	113	№72
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	19,6	114,8	№59
	Хлеб пшеничный с маслом с сыром	30/6/15	1,8	0,65	11,5	212	№108
	Всего за завтрак		11	12,35	33,78	419,8	
<i>2 Завтрак</i>							
	Снежок	150	5,6	6,4	19,4	153,9	№110
<i>Обед</i>							
	Салат из свежих овощей	60	0,58	2	13,7	34,6	№97
	Борщ на м. бульоне со сметаной	200/11	1,78	5,2	13,6	101,2	№2
	Гуляш из говядины	70	21,0	14,0	5,2	229,5	№39
	Каша ячневая	150	3,5	5,61	23,3	258,18	№43
	Компот из сухофруктов	200	0,54	-	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	56	№112
	Всего за обед		32,4	28,15	123,75	931,18	
<i>Уплотненный полдник</i>							
	Пирожок с картофелем	80	8,76	17,2	43,0	366,0	№84
	Молоко кипяченое	180	2,9	3,2	4,7	56,87	№64a
	Яблоко	200	0,3	-	34,4	30	№1056
	Всего за полдник		11,96	20,4	82,1	402,87	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		60,96	67,3	259,03	1807,57	