

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
<i>Завтрак</i>							
	Яйцо вареное	40	5,32	4,66	0,3	62,8	№52
	Какао	200	5,1	6,4	13,4	163,9	№60
	Хлеб пшеничный с маслом с сыром	30/6/18	1,8	0,65	11,5	212	№108
	Всего за завтрак		12,22	11,71	25,2	438,7	
<i>2 Завтрак</i>	Сок	150	0,3	-	27,2	112,5	
<i>Обед</i>							
	Салат из свежих овощей	60	0,58	2,0	13,7	34,6	№8
	Рассольник на м. б. со сметаной	200/11	1,99	6,34	15,35	118,2	№5
	Запеканка вермишелевая с мясом	150/35	15,4	9,2	36,4	298,1	№23
	Подлив	50	8,3	2,1	3,2	94,6	№106
	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	112	№112
	Всего за обед		31,81	20,99	136,6	893,2	
<i>Уплотненный полдник</i>							
	Каша гречневая молочная	200	7,7	7,7	27,3	170	№79
	Чай	200	0,16	0	14,9	56,87	№64
	Пряник	50	2,5	2,5	34,4	130	№114
	Всего за полдник		10,36	10,2	76,6	356,87	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		54,69	42,9	265,6	1801,27	