

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У						Б	Ж	У	
Завтрак	Каша "Дружба".	150	4	5	20	139	275	Завтрак	Каша "Дружба".	180	5	6	24	167
	Кофейный напиток с	170	2	2	12	75	514		Кофейный напиток с	180	3	2	12	79
	Батон	30	2	1	15	78	104		Батон	40	3	1	21	104
	Масло сливочное (5		4		33	119		Масло сливочное (5		4		33
Итого за Завтрак			8	12	47	325		Итого за Завтрак			11	13	57	383
Завтрак вто	Яблоко	100			10	44	140	Завтрак вто	Яблоко	100			10	44
	Итого за Завтрак второй					10	44		Итого за Завтрак второй					10
Обед	Суп картофельный с	150	3	2	8	72	40	Обед	Суп картофельный с	180	3	2	9	87
	Шницель	80	14	17	8	238	205		Шницель	100	17	21	10	298
	Рагу из овощей.	120	2	5	11	102	210		Рагу из овощей.	150	3	6	14	128
	Компот из смеси	150			15	63	522		Компот из смеси	180	1		18	76
	Хлеб ржаной.	40	3	1	16	82	123		Хлеб ржаной.	50	4	1	20	103
Итого за Обед			22	25	58	557		Итого за Обед			28	30	71	692
Полдник	Сок фруктовый.	180	1		18	77	532	Полдник	Сок фруктовый.	180	1		18	77
	Сдоба	50	3	1	20	103	202		Сдоба	60	4	1	24	124
	Итого за Полдник			4		39	178		Итого за Полдник			4		39
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	221	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63
	Макаронные	200	12	10	35	280	76		Макаронные	250	15	13	44	350
	Чай с сахаром.	180			8	34	505		Чай с сахаром.	180			8	34
Итого за Ужин			17	15	43	377		Итого за Ужин			20	18	52	447
Итого за день			51	52	197	1481		Итого за день			63	61	229	1844