

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 5								
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,3	7,5	36,0	240,0	0,5	4.4
	Масло сливочное (порц.)	10	0,1	8,30	0,10	75,0	-	6
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,36	19,88	90,4	-	1
	Чай с лимоном	180	0,1	-	11,7	48,1	0,8	393
Обед	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	200/5	4,0	7,3	9,4	122,0	7,8	106
	Салат овощной с яблоками и свеклой	60	1,83	3,5	5,9	55	3,8	37
	Куры отварные порц.	60	17,0	11,0	-	185,0	1,072	300
	Макаронны	140	5,0	2,5	17,0	110,0	-	205
	Соус сметанный	20	0,3	4,0	1,49	44,0	0,02	354
	Хлеб ржаной	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-	-
	Компот из свежих фруктов + вит. «С»	180	0,1	0,1	26,0	100,0	0,7	372

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 6								
Завтрак	Омлет	150	11,6	18,0	2,1	195,0	-	215
	Масло сливочное (порц.)	10	0,1	8,30	0,10	75,0	-	6
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,36	19,88	90,4	-	1
	Кофейный напиток	200	4,5	3,5	20,0	125,0	0,7	395
Обед	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	250/5	4,6	6,6	19,0	120,0	4,8	73
	Салат из морской капусты	60	0,8	2,7	3,0	97,0	2,5	41
	Печень по строгон.	80	11,5	10,6	10,5	184	-	282
	Крупа ячневая	160	4,0	3,0	44,0	251,0	-	165
	Соус сметанный с томатом	20	0,3	4,0	1,40	48,0	0,03	355
	Хлеб ржаной	50	2,0	0,55	21,65	10,0	-	-
Кисель + вит. «С»	200	-	-	20,0	80,0	-	378	