



Неделя: 1

День: 16.06

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога	120	19	13	20	279	6 001
	Сгущенка порционная	10					50
	Фрукт	120			11	51	37
	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	200	1		26	92	10 010
	Хлеб пшеничный	40	3	1	18	91	420
	Итого за Завтрак1		23	14	75	513	
Обед	Помидоры свежие	60	1		2	14	1 038
	Суп-лапша домашняя с курицей	180	3	4	8	78	39,04
	Рагу из птицы	200	13	15	13	241	7 025
	Напиток яблочный	180			19	76	13 012
	Хлеб ржаной	80	5	1	32	158	421
	Итого за Обед		22	20	74	567	
Итого за день			45	34	149	1080	