

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)сЗл	Пищевые вещества (г)сЗл			Энерг. ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
8.30-9.00	Суп молочный геркулес	200	5,4	6,3	17,8	138	1,17	43
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,04	4,92	23,5	0,6	4
	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	0,65	261
	Бутерброд с маслом и сыром	10\4\5	3,935	6,37	1,155	116,89	0	3
	<b>итого</b>		<b>10,135</b>	<b>13,67</b>	<b>32,455</b>	<b>310,89</b>	<b>0</b>	



## Второй завтрак

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)сЗл	Пищевые вещества (г)сЗл			Энерг. ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
10.30-11.00	Яблоко	100	0,32	0,32	7,84	37,6	8	46
	<b>итого</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>8,00</b>	



## Обед

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г )с3л			Энерг ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
12.00-12.30	Зеленый горошек	48	0,06	1,5	6	8,4	6	70
	Суп с фрикадельками	200\48	6,5	5,3	14,52	191	10,52	39
	Котлета рыбная с соусом	80\50	7	3,95	27,9	110	0,42	134
	Пюре картофельное	128	2,9	4,3	17,5	135	17,95	206
	Компот из яблок	180	0,16	0,16	15,93	60	6,6	240
	Хлеб пшеничный	36	0,76	0,08	10,92	23,5	0	4
	Хлеб ржаной	30	5,92	0,37	25,9	124,1	0	5
	<b>итого</b>		<b>23,3</b>	<b>15,66</b>	<b>118,67</b>	<b>652</b>	<b>41,49</b>	



## Полдник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)с3л	Пищевые вещества (г )с3л			Энерг ценность (ккал)	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
15.30-15.45	Сырники со сметаной	132\12	11,2	12,69	40,2	498,3	0,43	130
	Кефир	175	4,35	4,8	6	88,5	1,05	251
	<b>итого</b>		<b>15,55</b>	<b>17,49</b>	<b>46,2</b>	<b>586,8</b>	<b>1,48</b>	

