



1 день 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,23	6,54	15,05	143,85	3	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,91	6,42	22,80	177,49	324	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	2,18	12,63	82,70	379	2017
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	110	0,41	0,44	10,78	51,70	338	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,37	0,18	8,48	40,79	ПП	
Итого за прием пищи:	510	18,91	15,76	69,74	496,53		
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	0,77	3,12	5,70	54,04	ТТК 2	2022
УХА РОСТОВСКАЯ	100	2,08	5,66	20,35	159,64	106	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,21	26,66	232,78	311	2008	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК СНЕЖОК 2,5%	225	5,63	24,30	177,75	386	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,19	15,05	71,05	ПП		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,26	12,72	61,19	ПП		
Молоко в/с от производства ПИТ для детского питания	200	4,85	9,31	104,76	ПП		
Итого за прием пищи:	895	24,73	30,92	114,09	861,21		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ТЫКВОЙ /ПОВИДЛО 150/20	150	11,63	28,04	233,68	224	2017	
СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/	100	0,19	19,59	83,42	389	2011	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,18	8,48	40,79	ПП		
Итого за прием пищи:	270	12	56,11	357,89			
Всего за день:	1675	58,68	239,94	1 715,63			