



2 день 1 недели

Применяемые продукты, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества					Энергетическая ценность	Минеральные вещества	Витаминный состав
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Витамины	Минералы			
Завтрак									
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ / ОГУРЦЫ/	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70	2017		
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	200	11,52	14,95	16,41	238,97	321	2017		
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИНОГРАДНЫЙ	200	0,58	0,39	31,62	135,80	389	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	ПП			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	ПП			
Итого за прием пищи:	500	15,43	15,7	67,57	470,72				
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85	3,65	4,97	56,07	52	201		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ / ГРЕНКИ 200/20	220	7,38	4,30	21,08	206,27	102	2017		
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	10,78	15,31	22,31	224,01	206	2011		
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЛИМОНОМ И ЯБЛОКОМ	200	0,25	0,03	10,87	45,62	377	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	ПП			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	ПП			
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ /ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ/	30	2,25	2,94	22,32	125,10	ПП			
Итого за прием пищи:	740	27,21	26,83	118,58	833,38				
Полдник									
ДРАНИКИ (БЕЛОРУССКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)	150	7,85	10,61	30,20	224,71	159	2011		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГОЛУБЫЕ ЯБЛОКИ)	180	0,14	0,14	13,88	58,21	342,1	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	ПП			
Итого за прием пищи:	360	10,28	10,94	59,13	353,97				
Всего за день:		52,92	68,03	255,60	1 901,67				