



5 день 2 недели

Проект пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Ссылка на рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ ОГУРЦЫ/	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70	2017
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,09	10,61	26,81	247,11	291	2017
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,17	0,07	14,34	59,93	375	2011
МОЛОКО ПИОМ ПРОИЗВОДСТВА ТИП ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	ПП	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	ПП	
Итого за прием пищи:	670	16,66	15,78	66,53	490,65		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85	3,65	4,97	56,07	52	201
СУП С КЛЕЦКАМИ	200	2,28	3,80	21,25	130,02	118,2	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	17,56	19,11	30,11	339,24	259	2017
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	ПП	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	ПП	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКИ/	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338	2017
Итого за прием пищи:	810	26,9	27,86	118,76	816,19		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ СУБПРОДУКТОВ / СЕРДЦЕ ТОВАРЬЕ/С РИСОМ/ СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 150/20	170	10,01	11,25	34,91	289,02	ГТК	2023
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,97	27,87	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	ПП	
Итого за прием пищи:	370	11,33	11,43	50,36	357,68		
Всего за день:		54,89	55,07	235,65	1 664,52		