

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День								
ЗАВТРАК	Творожная запеканка со сгущенным молоком	100						317
	Творог		13,37	7,2	1,03	124,57	0,4	
	Манка		1,0	0,1	6,6	32,8	-	
	Масло сливочное		0,01	2,34	0,01	0,01	0,018	
	Яйцо		0,53	0,48	0,03	6,59	-	
	Сахар		-	-	7,98	19,63	-	
	Молоко сгущенное		1,4	1,67	7,87	64,0	0,24	
	молоко		0,56	0,5	0,94	10,4	0,26	
	Кофейный напиток на молоке	180						379
	Кофейный напиток		-	-	-	-	-	
	Молоко		3,03	2,7	5,09	56,33	1,69	
	сахар		-	-	14,9	56,8	-	
	Хлеб пшеничный с маслом	7/30						3
	хлеб пшеничный		2,3	0,9	15	78,6	-	
	масло сливочное		0,07	-	12,04	49,6	0,10	
II ЗАВТРАК	Напиток из сухофруктов	80						242
ОБЕД	Икра кабачковая	50						49
	Икра кабачковая		1,04	4,09	4,81	59,02	4,2	
	Суп гороховый на курином бульоне	250						99
	Куры		3,0	3,0	0,1	41	-	
	Горох		4,97	1,21	12,73	89,32	-	
	Лук		0,08	-	0,5	2,3	0,7	
	Масло сливочное		0,01	2,34	0,01	0,01	0,018	
	соль							
	Котлета из мяса кур	70						189
	куры		3,0	3,0	0,1	41	-	
	Яйцо		0,08	-	0,5	2,3	0,7	
	Лук		0,07	-	0,47	1,9	0,35	
	Батон		0,72	0,12	6,12	28,80	12,0	
	Картофельное пюре	140						128
	Масло сливочное		0,03	3,9	0,05	35,4	-	
	картофель		2,38	0,48	20,59	95,2	34,0	
	молоко		1,12	1,24	1,81	22,43	0,52	
	Компот из изюма	180						241
	изюм		0,06	-	1,5	6,5	-	
	сахар		-	-	14,9	56,8	-	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	72,4	-	700
ПОЛДНИК	Вафли	50	3,75	5,9	33,7	208,5	-	609
	Чай	180						375
	заварка							
	сахар		-	-	14,9	56,8	-	

