

Рацион: Колокольчик 1-3

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1-3	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,32	8,86	14,78	120,15	139,08
	Какао с молоком	160	2,48	2,18	10,35	78	462,09
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14
	Сыр порционнно	10	2,6	2,68		35	1,32
Итого за Завтрак 1-3		350	13,49	14,92	50,73	328,58	
2 Завтрак 1-3	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	43	501
	Итого за 2 Завтрак 1-3	100	0,5	0,1	10,1	43	
Обед 1-3	Суп картофельный с крупой	150	1,81	3,02	5,88	58,65	114,11
	Капуста тушеная	110	3,41	4,85	9,36	94,56	3,14
	Биточки из птицы припущенные	50	10	9	5,36	142,14	110,1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,08	15,08	63	495,1
	Хлеб ржаной	30	2	0,22	12	30,78	1,07
Итого за Обед 1-3		490	16,53	16,25	54,66	404,46	
Полдник 1-3	Чай с молоком	150	1,2	0,98	8,63	48	460,06
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5	582,03
Итого за Полдник 1-3		200	4,95	5,88	39,83	255,5	
Ужин 1-3	Каша ячневая	180	8,7	9,1	10,03	36,6	208
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457,02
	Джем/варенье	20	0,08		21,00	5,2	86,00
	Хлеб пшеничный	20	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14
Итого за Ужин 1-3		400	7,68	6,14	43,33	224,19	
Итого за день		1 540	43,15	43,29	198,65	1 255,73	

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова