Рацион: Чайковский3-7(В-Лн) **Неделя:** 2 **День:** понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 3-7							
	Каша пшенная вязкая	180	7,38	5,8	33,19	215,47	223,27
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	93,6	462,1
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	96	2,05
Итого за Завтрак 3-7		400	14,52	16,88	71,34	500,5	
2 Завтрак 3-7							
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	82
Итого за 2 Завтрак 3-7		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед 3-7							
	Рассольник ленинградский	180	10,49	10,85	6,25	164,52	100
	Плов из отварной птицы (д/с)	160	10,46	6,97	21,08	189,55	375,34
	Свекла отварная	50					
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	495
	Хлеб ржаной	30	2	0,22	12	30,78	1,07
Итого за Обед 3-7		600	23,49	18,13	57,42	460,45	
Полдник 3-7							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457,08
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	143	576
Итого за Полдник 3-7		250	3,95	1,55	35	181	
Ужин 3-7							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,76	11,81	19,7	160,2	139,09
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,68		4,3	22	496
	Джем/варенье	20					
	Хлеб пшеничный	30	3,95	0,5	21,05	119,29	154,13
Итого за Ужин 3-7		450	10,39	12,31	45,05	301,49	
Итого за день		1 800	52,75	49,27	218,61	1487,44	

Директор Х.С.Муниров Технолог А.Я.Мансурова