

(лист 9)

Рацион: Колокольчик 1-3		Неделя: 2			День: четверг		
Примечание	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 порционный	10	2,6	2,68		35	1,32
	<b>Итого за Завтрак 1-3</b>	<b>350</b>	<b>13,49</b>	<b>14,92</b>	<b>60,73</b>	<b>328,58</b>	
2 Завтрак 1-3							
	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	43	50,1
<b>Итого за 2 Завтрак 1-3</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>		
Обед 1-3	Суп картофельный с крупой	150	1,81	3,02	5,88	58,65	114,11
	Калупа тушеная	110	3,41	4,85	9,36	94,96	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
	<b>Итого за Обед 1-3</b>	<b>490</b>	<b>16,53</b>	<b>16,25</b>	<b>54,66</b>	<b>404,49</b>	
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
<b>Итого за Полдник 1-3</b>	<b>200</b>	<b>4,95</b>	<b>5,88</b>	<b>39,83</b>	<b>255,5</b>		
Ужин 1-3							
	Каша овсяная	180	8,7	9,1	10,03	36,6	208
	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2	467,02
	Джем/варенье	20	0,08		21,00	5,2	86,00
	Хлеб пшеничный	20	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14
<b>Итого за Ужин 1-3</b>	<b>400</b>	<b>7,68</b>	<b>6,14</b>	<b>43,33</b>	<b>224,19</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1 540</b>	<b>43,15</b>	<b>43,29</b>	<b>198,89</b>	<b>1 295,73</b>		

(лист 10)

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова