

Рацион: Колокольник 1-3		Неделя: 2		День: четверг				(лист 9)
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	
	Каша с молоком	160	2,48	2,18	10,35	78	482,09	
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14	
	Сыр порционный	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	
	Калупа тушеная	110	3,41	4,85	9,36	94,66	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 овсяная	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	7,66	6,14	43,33	224,19		
Итого за день		1 540	43,15	43,29	198,65	1 255,73		
(лист 10)								

(лист 10)

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

Синя

А.Я.Мансурова