

Рацион: Колокопчих 1-3		Неделя: 2		День: вторник				(лист 7)
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	На рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1-3								
	Каша "Дружба"	150	3,9	4,95	20,7	142,95	229,17	
	Чай с сахаром	150	0,15	0,08	6,98	28,5	457,09	
	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 1-3		350	8,22	13,5	53,41	362,88		
2 Завтрак 1-3								
	Сок яблочный	100	0,5		9,1	38	7,1	
Итого за 2 Завтрак 1-3		100	0,5		9,1	38		
Обед 1-3								
	Суп вермишелевый	150	1,94	3,29	13,76	69,01	1,29	
	Картофельное пюре	110	4,97	3,17	16,66	108,35	15,08	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	50	4,89	0,82	2,39	36,79	299,09	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,08	15,08	63	495,1	
	Хлеб ржаной	30	2	0,22	12	30,76	1,07	
Итого за Обед 1-3		490	14,25	7,58	59,89	307,93		
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								
	Омлет натуральный	150	14	17,25	13,5	260	268,22	
	Чай с сахаром	180	0,15	0,08	6,98	28,5	457,09	
	Салат из свеклы с маслом	50	0,7	11,05	3,8	46,5	26,01	
	Хлеб пшеничный	20	3,8	0,4	24,6	141	57,3	
Итого за Ужин 1-3		400	18,65	28,78	48,88	476		
Итого за день		1 540	46,57	55,74	211,11	1 440,31		
(лист 8)								

(лист 8)

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

Сейф

А.Я.Мансурова