

Вторая неделя. Понедельник

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК							
Сыр порционный	20	4,86	6		74,2		
Каша манная молочная	255	8,1	9	40,1	267,14	4	1994
Чай без сахара	200	0,04	0		0,3	685	2004
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,87	15,42	75		
Зефир	20	0,16		15,66	59,8		
Итого за приём пищи:	525	15,38	15,87	71,18	476,44		
ОБЕД							
Овощи по сезону	50	0,54	0,01	2,81	13,12		
Суп картофельный с яйцом	300	4,23	4,71	19,38	155,7		2007
Гуляш	125	15,84	14,84	5,35	217		1994
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,7	5,38	41,36	234,57	463	1994
Сок фруктовый	200	1		28	112		
Хлеб ржаной	30	1,52	0,21	14,94	64,2		
Итого за приём пищи:	855	30,83	25,15	111,84	796,59		
Итого:	1270	46,21	41,02	183,02	1273		