

## 5 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, к
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
303/2011	Каша ячневая вязкая на воде	200	4,3	5,6	27,8	179
391/2011	Чай без сахара	180	0,4	0,1	0,1	2,8
	Хлеб ржаной	40	2,7	0,4	16,3	76
	Итого за прием пищи:	420	7,4	6,1	44,1	257,8
	2-ой завтрак					
368/2011	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44
	Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	44
	Обед					
59/2011	Борщ вегетарианский (без томата)	200	1,3	3,9	6,9	73
274/2011	Мясо тушенное с овощами в соусе	230	22,7	17,3	15,7	309,4
т.24/1996	Овощи свежие, соленные, вареные	50	0,7	0,0	2,3	12
639/2004	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,7	0,0	31,4	124,4
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	24,5	114
	Итого за прием пищи:	740	29,5	21,8	80,8	632,8
	Полдник					
166/2011	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	150	3,6	2,9	35,0	180
391/2011	Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,1	2,8
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	12,3	57
	Итого за прием пищи:	380	6,1	3,3	47,3	239,8
	Всего:		43,4	31,6	182,0	1174,4