

3 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, к
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
168/2011	Каша " Геркулес" вязкая на воде	200	5,2	2,7	32,5	174,19
391/2011	Чай без сахара	180	0,4	0,1	0,1	2,8
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,5	20,4	95
	Итого за прием пищи:	430	8,9	3,3	53,0	271,99
	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					
73/2011	Рассольник	200	1,3	4,1	18,5	83,4
297/2011	Голубцы с мясом и рисом	70	5,0	5,6	6,5	96,09
303/2011	Каша пшеничная вязкая	130	3,4	3,7	21,3	132,08
т.24/1996	Овощи свежие, соленые, вареные	50	0,7	0,0	2,3	12
639/2004	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,7	0,0	31,4	124,44
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,5	20,4	95
	Итого за прием пищи:	700	14,4	13,8	100,3	543,01
	Полдник					
342/2011	Компот из свежих яблок без сахара	200	0,2	0,2	27,9	114,6
	Кондитерские изделия (крекер)	50	3,8	4,0	38,1	201,5
	Итого за прием пищи:	250	3,9	4,2	66,0	316,1
	Всего:		27,7	21,6	229,1	1175,1