

7 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, к
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
168/2011	Каша рисовая вязкая на воде	200	3,4	5,6	35,4	205,4
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:	430	5,9	6,0	47,8	265,2
	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					
ТТК 1	Свекольник горячий (без томата)	200	1,1	5,8	7,8	75
105/2011	Фрикадельки мясные	70	14,0	8,2	0,5	137,27
318/2011	Картофель отварной	130	2,5	3,7	19,9	123,37
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	124,4
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	24,5	114
	Итого за прием пищи:	710	23,0	18,3	86,5	586,08
	Полдник					
137/2011	Рагу из овощей	150	1,7	8,9	10,8	130,6
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	4,2	9,3	23,1	190,4
	Всего:		33,6	34,0	167,1	1085,7