

4 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, к
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
303/2011	Каша рисовая вязкая на воде	200	3,4	5,6	35,4	205,4
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	6,5	6,1	51,8	284,2
	2-ой завтрак					
399/2011	Сок яблочный	100	0,5	0,0	10,1	42,22
	Итого за прием пищи:	100	0,5	0,0	10,1	42,22
	Обед					
77/2011	Суп картофельный	200	1,3	4,5	7,3	74,8
283/2011	Котлеты с яблоками	70	9,6	8,0	7,2	139,12
514/2004	Бобовые отварные	130	11,0	6,0	29,0	182
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	60	4,2	0,6	24,5	114
	Итого за прием пищи:	710	27,4	19,1	101,7	646,36
	Полдник					
135/2011	Свекла, тушеная с яблоками	100	1,4	1,4	11,6	64
391/2011	Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,1	2,8
	Итого за прием пищи:	300	1,8	1,5	11,7	66,8
	Всего:		36,2	26,6	175,3	1039,5