

**7 день**

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                              | Масса<br>порции, г. | Пищевые вещества, г |      |          | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------------------------------|---------------------|---------------------|------|----------|----------------------------------|
|                      |                                                 |                     | Белки               | Жиры | Углеводы |                                  |
|                      | Завтрак                                         |                     |                     |      |          |                                  |
| 6/2011               | Масло сливочное (порциями)                      | 5                   | 0,0                 | 4,7  | 0,1      | 33                               |
| 185/2011             | Каша молочная пшенная жидкая с маслом сливочным | 150/5               | 3,5                 | 6,9  | 19,8     | 134                              |
| 397/2011             | Какао с молоком                                 | 150                 | 3,2                 | 2,7  | 13,0     | 89                               |
|                      | Хлеб пшеничный                                  | 40                  | 2,8                 | 0,8  | 8,8      | 88                               |
|                      | Итого за прием пищи:                            | 350                 | 9,5                 | 10,4 | 41,6     | 311                              |
|                      | 2-ой завтрак                                    |                     |                     |      |          |                                  |
| 399/2011             | Сок фруктовый (или напитки) или фрукты свежие   | 100                 | 0,7                 | 0,0  | 12,2     | 70                               |
|                      | Итого за прием пищи:                            | 100                 | 0,7                 | 0,0  | 12,2     | 70                               |
|                      | Обед                                            |                     |                     |      |          |                                  |
| ТТК 1                | Свекольник горячий со сметаной                  | 150/5               | 1,1                 | 5,8  | 7,8      | 75                               |
| 255/2011<br>735/2002 | Биточки рыбные запеченные с соусом томатным     | 50/30               | 7,1                 | 5,7  | 7,2      | 103                              |
| 321/2011             | Пюре картофельное                               | 110                 | 2,2                 | 3,5  | 15,0     | 101                              |
| т.24/1996            | Овощи свежие, соленые, вареные                  | 30                  | 0,4                 | 0,0  | 1,4      | 7                                |
| 639/2004             | Компот из смеси сухофруктов                     | 150                 | 0,5                 | 0,0  | 23,6     | 93                               |
|                      | Хлеб пшеничный                                  | 30                  | 2,1                 | 0,6  | 13,2     | 66                               |
|                      | Хлеб ржаной                                     | 30                  | 2,0                 | 0,3  | 12,2     | 57                               |
|                      | Итого за прием пищи:                            | 585                 | 15,4                | 15,9 | 80,4     | 502                              |
|                      | Полдник                                         |                     |                     |      |          |                                  |
| 392/2011             | Чай с сахаром                                   | 150/7               | 0,1                 | 0,0  | 7,0      | 28                               |
| 741/2004             | Ватрушка с творогом                             | 75                  | 9,9                 | 7,9  | 31,3     | 191                              |
|                      | Итого за прием пищи:                            | 232                 | 10,0                | 7,9  | 38,3     | 219                              |
|                      | Всего:                                          |                     | 35,6                | 34,2 | 172,5    | 1102                             |