

3 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
7/2011	Сыр (порциями)	10	3,3	3,0	0,0	36
185/2011	Каша молочная пшенная жидкая с маслом сливочным	150/5	4,5	6,9	19,8	134
395/2011	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	2,0	10,6	70
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	12,6	12,6	45,8	317
	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					
76/2011	Рассольник ленинградский со сметаной прокипяченной	150/5	3,4	4,1	10,4	84
298/2011 735/2002	Голубцы ленивые с соусом томатным	50/50	7,1	6,9	10,2	127
314/2011	Каша гречневая вязкая	110	3,4	3,7	15,1	107
т.24/1996	Овощи свежие, соленные, 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	20	1,4	0,4	8,8	44
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,1	38
	Итого за прием пищи:	585	17,5	15,3	77,6	500
	Полдник					
648/2004	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	0,0	0,0	31,7	127
	Кондитерские изделия	50	1,6	7,2	13,1	108
	Итого за прием пищи:	200	1,6	7,2	44,8	235
	Всего:		32,4	35,1	180,4	1122