

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 15							
Завтрак	Каша "Геркулесовая"	160	3,85	6,16	15,9	132,8	№8/4
	Кофейный напиток	180	2,9	3,28	10,78	82,82	№7/10
	Яйцо отварное	40	3,9	5,25	0,7	65,5	№1/6
	Бутерброд с маслом	34	2,42	3,58	14,43	98,02	№1
ИТОГО на завтрак		414	13,07	18,27	41,81	379,14	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,9	0	18,8	76,8	№399
ИТОГО за второй завтрак		100	0,9	0	18,8	76,8	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	5,59	2,85	13,9	56,15	№20/2
	Мясо кур отварное в соусе	80	9,76	10,48	1,76	140	№7/9
	Картофельное пюре	130	2,11	3,62	17,33	106,34	№206
	Компот из изюма и чернослива	180	0,63	0	19,44	76,5	№2/11
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	№310
	Хлеб ржаной	25	1,65	3	8,35	43,5	№311
ИТОГО за обед		645	23,54	20,35	85,38	539,99	
Полдник	Молоко	180	3,6	5,4	9	104	№255
	Печенье сдобное	30	2,49	2,64	22,68	125,4	№315
	Яблоки	50	0,2	0	4,9	22	№368
ИТОГО за полдник		260	6,29	8,04	36,58	251,4	
УЖИН	Сырники творожные	180	19,08	16,96	33,92	353,7	№7/5
	Соус:молоко стущённое	25	1,8	2,13	14	80	№316
	Кисель из концентрата плод.или ягодного	180	1,26	0	26,1	109,8	№403
	Яблоки	50	0,2	0	4,9	22	№368
	Хлеб ржаной	25	1,65	3	8,35	43,5	№311
ИТОГО за ужин		460	23,99	19,33	87,27	609	
ИТОГО за день:		1879	53,2	65,99	269,84	1856,33	