



V день: Пятница  
Неделя: первая

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом сливочным.	150	2,2	3,7	27,2	150,9		182	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91	-	414	
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-		
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0		6	
	<i>Итого</i>	<i>345</i>	<i>7,8</i>	<i>10,1</i>	<i>61,64</i>	<i>370,9</i>			
<b>2 завтрак</b>	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100,0	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418	
		<i>100,0</i>	<i>0,5</i>	<i>-</i>	<i>10,1</i>	<i>42,4</i>	<i>2,0</i>		
<b>Обед</b>	Салат из свеклы с морковью	30	0,3	3	2,5	38,3	2,3	42	
	Суп харчо	150	3,15	3,3	13,4	96,2	5,7	101	Сб. 2011
	Котлета из куриного мяса	60	11,2	2,5	9,4	105,8	-	322	
	Овощи тушеные в сметанном соусе	110	2,2	3,3	8,9	73,7	5,9	350/372	
	Компот из яблок	150	0,1	0,1	19,9	81,3	1,4	390	
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6	-		
	<i>Итого:</i>	<i>515</i>	<i>17,94</i>	<i>12,38</i>	<i>59,2</i>	<i>420,9</i>	<i>15,3</i>		
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2	1,2	420	
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,28	20,12	96	-		
	<i>Итого:</i>	<i>190</i>	<i>6,88</i>	<i>5,08</i>	<i>26,12</i>	<i>180,2</i>	<i>1,2</i>		
<b>Ужин:</b>	Оладьи с повидлом	150/30	11,9	11,1	72,9	437,6	1,3	432	
	Чай без сахара	150	0,06	0,08	0,3	2,16	0,1		
	<i>Итого:</i>	<i>410</i>	<i>11,96</i>	<i>11,18</i>	<i>73,2</i>	<i>439,76</i>	<i>1,4</i>		
<i>Итого за V день:</i>		<i>1560</i>	<i>45,08</i>	<i>38,74</i>	<i>230,26</i>	<i>1454,16</i>	<i>19,9</i>		