

Рацион: 5-11 ДОВЗ

Неделя: 2

День: четверг

(лист 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Зразы рубленые из броллеров цыплят	100	1.88	7.5	8.84	111,1	664.02
	Макаронные изделия отварные	180	8.78	7.2	26.24	363,2	274
	Чай с сахаром	200	0.37		23.27	86,51	628
	Хлеб пшеничный	40	3.2	0.96	19.2	96	1,04
	Хлеб ржаной	30	1.43	0.9	14.94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			15.66	16.56	92.49	721,01	
Обед							
	Зеленый горошек консервированный ТТК	100	4.67	5.67	29.6	108	
	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/10	22.98	42.71	77.19	283,47	110
	Суфле из кур или бройлеров- цыплят с соусом молочным	100	1.23	7.29	3.46	327,14	503
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.72	11.62	39.48	246,23	171
	Кисель	200	0.92	0.01	42.08	156,3	591
	Хлеб пшеничный	30	2.4	0.72	14.4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1.43	0.9	14.94	64,2	1,05
Итого за Обед			44.35	68.92	221.15	1257,34	
Итого за день			60.01	85.48	313.64	1978,35	

(лист 10)

Рацион: 5-11 ДОВЗ

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Жаркое по-домашнему	280	26.03	23.99	38.25	478,36	436
	Компот из смеси сухофруктов	200			14.97	59,85	349
	Хлеб ржаной	40	1.91	1.2	19.92	85,6	1,05
	Хлеб пшеничный	30	2.4	0.72	14.4	72	1,04
Итого за Завтрак			30.34	25.91	87.54	695,81	
Обед							
	Икра из кабачков	100	1.2	7	7.4	97	
	Суп картофельный с горохом с курицей	250	15.97	19.25	29.91	238,84	138
	Биточки (свинина)	100	13.5	25.4	26.3	355,6	416.01
	Капуста тушеная	180	4.44	5.28	17.52	136,2	534
	Чай с сахаром	200	0.37		23.27	86,51	628
	Хлеб пшеничный	30	2.4	0.72	14.4	72	1,04
	Хлеб ржаной	20	0.95	0.6	9.96	42,8	1,05
Итого за Обед			38.93	58.25	128.76	1028,95	
Итого за день			69.27	84.16	216.3	1724,76	