

День: среда

Неделя: вторая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша рисовая на молоке	150	2,54	3,05	24,08	177,0	69
	Бутерброд с маслом, сыром	20/5/15	5,41	9,12	10,07	145,7	61
	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,0	28
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47,0	33
		470	11,05	14,83	58,76	460,7	
обед	Морковь отварная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Суп Паутинка на мясном бульоне со сметаной	250	2,76	7,57	15,06	147,02	84
	Шницель мясной	80	11,44	12,43	8,11	194,51	73
	Икра свекольная	100	2,3	6,8	11,7	119,0	72
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из варенья с вит С	180	0	0	53,6	192,4	17
		710	20,55	27,62	108,81	761,93	
полдник	Нектар	200	0,5	0,1	10,1	92	10
	Булочка домашняя	50	1,37	2,88	19,5	143,65	39
		250	1,87	2,98	29,6	235,65	
ужин	Рыбный пудинг	170	16,09	8,44	7,49	170,06	78
	Морковь отварная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	46
		450	23,06	11,35	48,89	383,06	
		1880	56,53	56,78	246,06	1841,34	