

Утверждаю \_\_\_\_\_ Заведующий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал
			Белки	Жиры	Углево	Белки			Жиры	Углево		
<b>Неделя 2</b>			<b>САД</b>									
<b>День 3</b>												
<b>Завтрак</b>	<i>Суп молочный овсяный</i>	0,150				110,10	0,180	5,22	4,93	16,72	132,12	
	<i>Яйца вареные</i>	0,020	5,08			63,00	0,020	5,08	4,60	0,28	63,00	
	<i>Масло сливочное</i>	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	0,150	2,38	2,01	11,97	75,83	0,180	2,85	2,41	14,36	91,00	
<b>Итого за завтрак</b>		0,350	14,707	14,090	38,017	342,733	0,410	16,052	15,313	43,197	379,920	
<b>Второй завтрак</b>	<i>Фрукты свежие, бананы</i>	0,105	0,42	0,42	10,29	46,20	0,110	0,44	0,44	10,78	48,40	
<b>Итого 2й завтрак</b>		0,105	0,42	0,42	10,29	46,20	0,110	0,440	0,440	10,780	48,400	
<b>Обед</b>	<i>Икра морковная</i>	0,050	1,10	2,30	5,44	46,85	0,060	1,32	2,76	6,53	56,22	
	<i>Суп рыбный</i>	0,180	6,19	6,05	10,32	120,42	0,180	6,19	6,05	10,32	120,42	
	<i>Голубцы ленивые</i>	0,130	4,04	8,81	58,79	153,26	0,140	4,36	9,49	63,31	165,04	
	<i>Компот из сухофруктов</i>	0,150	0,33	0,02	20,83	84,75	0,160	0,35	0,02	22,21	90,40	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	
	<i>Хлеб ржаной</i>	0,032	1,92	0,32	14,24	69,44	0,040	2,40	0,40	17,80	86,80	
<b>Итого за обед</b>		0,552	14,680	17,996	114,015	502,116	0,590	15,713	19,215	124,574	546,284	
<b>Уплотненный полдник</b>	<i>Кондитерские изделия, печенье</i>	0,020	2,53	7,20	26,40	180,00	0,030	3,80	10,80	39,60	270,00	
	<i>Икра кабачковая</i>	0,030	0,30	1,65	1,82	23,90	0,050	0,50	2,75	3,04	39,83	
	<i>Зразы картофельные с мясом</i>	0,120	9,41	7,77	22,23	200,78	0,120	9,41	7,77	22,23	200,78	
	<i>Чай с лимоном</i>	0,180	0,11	0,02	9,32	37,46	0,180	0,11	0,02	9,32	37,46	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,10	0,90	8,70	54,80	
<b>Итого за Уплотненный</b>		0,360	13,452	17,135	64,172	469,541	0,400	15,919	22,235	82,888	602,873	
<b>Итого за день</b>		1,367	43,260	49,640	226,494	1360,589	1,510	48,124	57,202	261,438	1577,477	