

Категория: Учащиеся 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 7</b>								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,60	10,10	3,00	109	18,9 48	
ЗАВТРАК	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	100	10,40	20,90	0,00	230	1,36 395/1	
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	200	7,78	5,74	47,44	272,18	0 291	
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	7,20	7,88	36,02	245,6	2,74 501	
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0 108	
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			<b>28,88</b>	<b>44,82</b>	<b>98,76</b>	<b>915,53</b>	<b>23</b>	
ОБЕД	Горошек зеленый консервированный	100	4,40	0,40	12,60	69	25 700	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95	10,3 128	
ОБЕД	Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	100/50	10,13	5,76	4,07	108,74	0,056 343	
ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,28	4,10	28,86	170	34 429	
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	0,5 508	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0 108	
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0 109	
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			<b>26,34</b>	<b>16,06</b>	<b>112,18</b>	<b>698,49</b>	<b>69,856</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>55,22</b>	<b>60,88</b>	<b>210,94</b>	<b>1614,02</b>	<b>92,856</b>	