

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	Углеводы		
4 день							
Завтрак	Масло сливочное порциями	20	0.08	7.2	0.13	73.18	79
	Котлета из птицы припущенная	90	18	16.2	10	256	372
	Макаронны с сыром	170	9	7.7	26.5	336	259
	Кофейный напиток с молком	200	2.8	2.5	13.6	88	465
	Батон йодированный	30	1.5	0.58	10.28	52.4	111
Итого Завтрак		510	31.38	34.18	60.51	805.58	
Обед	Овощи натуральные (помидор свежий)	100	0.66	0.12	2.28	14.4	148
	Суп с макаронными изделиями курами	250	7.03	11.74	23.91	147.56	147
	Азу по-тарарски	240	22.4	25.2	28.68	422.04	364
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.98	0.36	10.2	54.3	110
	Батон йодированный	20	1.5	0.58	10.28	52.4	111
	Компот из смородины	200	0.28	0.11	8.35	35.4	54-7хн-2020
Итого Обед		840	34.6	38.4	88.82	752.30	
Полдник	Пастила	100	0.2	0	28	113.4	Пром.произ.
	Сок фруктовый яблочный	200	1	0.2	20.2	86	501
	Фрукт свежий груша	140	0.40	0.3	10.3	47	82
Итого Полдник		440	1,6	0,5	58,5	246.4	
Итого за день		1790	67,58	73,08	207,83	1804.28	