|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры и сборника |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
| **НЕДЕЛЯ 2** |
| **Неделя 2. День пятый** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Каша молочная пшеничная жидкая | 200 | 5,4 | 6,6 | 23,3 | 175 | №35-2010г |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,8 | 1,8 | 23,6 | 158 | №99-2010г |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 20 | 95,6 |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,07 | 33 |  |
| **Всего за завтрак** | **445** | **10,3** | **12,3** | **67** | **461,6** |  |
| **Завтрак 2** | **Сок фруктовый** | **200** | **-** | **-** | **23** | **92** |  |
| **Обед** | Суп гороховый с мясом | 200 | 7,6 | 4,8 | 15,4 | 136,7 | №10-2010г |
| Котлета рыбная | 70 | 9,6 | 5,5 | 12 | 136,8 | №51-2010г |
| Картофельное пюре | 150 | 3,3 | 4,6 | 11,7 | 127,5 | №78-2010г |
| Компот из яблок  | 200 | 0,2 | 0,2 | 28,2 | 114 | №90-2010г |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,8 | 0,5 | 16,8 | 82,8 |  |
| **Всего за обед** | **670** | **23,5** | **15,6** | **84,1** | **597,8** |  |
| **Полдник** | **Кисломолочный напиток** | **160** | **4,3** | **4** | **17,3** | **126,4** | **№103 - 2010г** |
| **Ужин**  |  |  |  |  |  |  |
|  | Манник | 100 | 4,1 | 5,6 | 27,6 | 185 | №57-2017г |
| Джем | 20 | - | - | 11 | 44 |  |
| Чай без сахара | 200 | - | - | - | - | №96- 2010г |
| **Всего за ужин** | **320** | **4,1** | **5,6** | **38,6** | **229** |  |
| **Итого за пятый день:** | **1795** | **42,2** | **37,5** | **230** | **1506,8** |  |
| **Итого среднее за вторую неделю** | **1807** | **55** | **50,7** | **235,4** | **1711** |  |
| **Итого среднее за две недели** | **1806** | **56,6** | **53** | **235,3** | **1712,5** |  |