|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 третий** |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Каша молочная манная жидкая | 200 | 5,2 | 6,6 | 23,7 | 175 | №31-2010г |
| Чай с сахаром, молоком | 200 | 3 | 2,6 | 21 | 122 | №97 -2010г |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 20 | 95,6 |  |
| Масло сливочное | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,07 | 33 |  |
| **Всего за завтрак** | **445** | **13,1** | **18,3** | **66,8** | **465,6** |  |
| **Завтрак 2** | **Сок фруктовый** | **200** | **-** | **-** | **23** | **92** |  |
| **Обед** | Свекольник с мясом и сметаной | 200 | 2,8 | 3,4 | 9 | 90 | №10-2010г |
| Оладьи из печени с морковью | 60 | 10,2 | 8,2 | 6,3 | 142,8 | №62-2010г |
| Овощное рагу | 150 | 3,3 | 7,5 | 14,7 | 144 | №83-2010 г |
| Компот из сухофруктов  | 200 | 0,6 | - | 31,6 | 130 | №91-2010г |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,8 | 0,5 | 16,8 | 82,8 |  |
| **Всего за обед** | **650** | **19,7** | **19,6** | **78,4** | **589,6** |  |
| **Полдник** | **Кисломолочный напиток** | **160** | **4,3** | **4** | **17,3** | **126,4** | №103 - 2010г |
| **Ужин**  |  |  |  |  |  |  |
|  | Суфле творожное | 150 | 22 | 16 | 22 | 325 | №67-2017г |
| Сгущённое молоко | 20 | 1,4 | 1,7 | 11,2 | 67,6 |  |
| Чай без сахара | 200 | - | - | - | - | №96 -2010г |
| **Всего за ужин** | **370** | **23,4** | **17,7** | **33,2** | **392,6** |  |
| **Итого за третий день:** | **1825** | **60,5** | **59,6** | **218,7** | **1666,2** |  |