

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Четверг						
Завтрак 1						
	Масло сливочное порционное	10	0	6	0	67
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	19	9	38	231
	Сыр порционный	10	2,3	3,8	2	67
	Чай с молоком с сахаром	180	3	5,2	25	123
	Батон йодированный	30	1,6	0,7	11	63
	Яйцо вареное	47	2	1	22	24
Завтрак 2	Молоко ванильное	180	3	3	6	78
	Кондитерское изделие	17	1	3	11	57
Обед	Борщ с картофелем со свиной и сметаной	180	6	4	18	124
	Гуляш «Болоньезе»	70	9	10	12	103
	Макаронные изделия отварные	130	2	4	34	153
	Компот из яблок	180	0,16	0	15	62
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	11	63
Уплотнённый полдник с включением блюд ужина	Ежики мясные со сметанным соусом	170	7	13	8	197
	Чай с низким содержанием сахара	180	0	0	3	54
	Батон йодированный	30	1,6	0,7	11	63
Итого за день:			56	59	260	1462