

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>Завтрак 1</b>	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6	7	26	157
	Кофейный напиток с молоком	180	1	3	18	99
	Масло сливочное порциями	10	0	6	0	67
	Батон йодированный	30	1,6	0,7	11	63
	Сыр	10	2,3	3,8	2	67
<b>Завтрак 2</b>	Компот из ягод с/м	180	0,18	0	16	62
<b>Обед</b>	Суп картофельный с зеленым горошком и курицей	180	3	2	5	120
	Котлета «Рыжик»	70	7	13	8	135
	Овощи свежие	50	0,6	0	2	12
	Картофельное пюре	130	2	4	12	125
	Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	21	82
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	11	63
<b>Уплотнённый полдник с включением блюд ужина</b>	Каша рисовая молочная с маслом	180	14	20,1	28	302
	Булочка сахарная	50	8	5	35	208
	Чай низким содержанием сахара	180	0	0	3	54
<b>Итого за день:</b>			<b>49</b>	<b>65</b>	<b>198</b>	<b>1616</b>