

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПЯТНИЦА						
Завтрак 1	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
Завтрак 2	Фрукт	85	0,4	0,4	9,8	47
Обед	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
Уплотнённый полдник с включением блюд ужина	Каша рисовая молочная с маслом	180	14	20,1	28	302
	Ватрушка с творогом	75	3	7	41	168
	Чай низким содержанием сахара	180	0	0	3	54
Итого за день:			44	67	198	1561