

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Среда						
Завтрак 1						
	Масло сливочное порционное	10	0	6	0	67
	Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	180	6	8	29	203
	Какао с молоком	180	5	3	12	121
	Батон йодированный	30	1,6	0,7	11	63
Завтрак 2	Фрукт	85	0,4	0,4	9,8	47
Обед	Суп картофельный с яйцом и курой	180	3	5	8	175
	Печень по-строгановски	70	18	11	28	163
	Каша гречневая рассыпчатая	130	3	5	38	162
	Компот из ягод с/м	180	0,18	0	16	62
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	11	63
Уплотнённый полдник с включением блюд ужина	Рагу из овощей с мясом	200	7	8	12	205
	Чай с низким содержанием сахара	180	-	-	3	54
	Батон йодированный	30	1,6	0,7	11	63
Итого за день:			50	57	259	1448