

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЧЕТВЕРГ						
Завтрак 1						
	Каша манная молочная жидкая с маслом	150	5	7	18	175
	Кофейный напиток с молоком	150	1	2	16	83
	Масло сливочное порциями	10	0	6	0	67
	Яйцо вареное	47	2	1	22	24
	Батон йодированный	20	1,4	0,5	9	62
Завтрак 2	Молоко ванильное	150	2	2	4	70
	Кондитерское изделие	17	1	3	11	57
Обед	Рассольник Ленинградский с курой и сметаной	160	5	4	11	163
	Котлета рыбная	50	7	5	5	130
	Картофельное пюре	110	2	3	10	120
	Овощи свежие	30	0,3	0	1,1	7,2
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0	0	19	73
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,5	8	60
Уплотнённый полдник с включением блюд ужина	Пудинг из творога с фруктовым джемом	120	12	10	19	305
	Кисель из ягод с/м	150	0	0	15	99
	Батон йодированный	20	1,4	0,5	9	62
Итого за день:			40	43	179	1557