

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
СРЕДА						
Завтрак 1						
	Каша «Дружба» молочная жидкая с маслом сливочным	150	5	6	12	200
	Чай с молоком с сахаром	150	2	5	20	110
	Масло сливочное порциями	10	0	6	0	67
	Батон йодированный	20	1,4	0,5	9	62
Завтрак 2	Фрукт	85	0,4	0,4	9,8	47
Обед	Щи с картофелем со сметаной	160	3	5	7	144
	Печень по-строгановски	50	15	10	20	153
	Макаронные изделия отварные	110	1	3	28	130
	Напиток из шиповника с изюмом	150	1	0	25	119
	Хлеб ржаной	30	2	0,5	8	60
Уплотнённый полдник с включением блюд ужина	Каша гречневая молочная жидкая с маслом	150	6	5	10	123
	Чай с низким содержанием сахара	150	0	0	2	52
	Манник	50	2	2	30	148
Итого за день:			42	38	183	1415