

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Фрукты/кондитерка						
	Овощи в нарезке						
	Котлеты, биточки,	82.5	12	18	11	258	268
	Картофельное пюре	150	3	10	19	182	251,01
	Компот из плодов	215	1		28	115	348
	Хлеб ржано-	40	3		22	107	299,01
<b>Итого за Завтрак</b>			25	37	63	690	
<b>Обед</b>							
	Фрукты/кондитерка						
	Овощи в нарезке						
	Суп картофельный с	250	10	9	17	169	102
	Бефстроганов из	100	11	28	3	309	260
	Каша гречневая	150/10	9	10	40	280	171
	Компот из плодов	215	1		28	115	348
	Хлеб ржано-	40	3		22	107	299,01
<b>Итого за Обед</b>			29	47	92	916	
<b>Полдник</b>	Блины с	2/30	38	25	197		
	Чай с сахаром	200/15			15	62	377
<b>Итого за день</b>			54	84	155	1606	