

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1 день Понедельник</b>						
1	Каша вязкая молочная с пшеном	1/200	8,4	16,0	37,0	310,0
2	Хлеб пшеничный	1/20	1,58	0,2	9,46	42,72
3	Сыр порционно	1/25	6,5	6,5	0	83,8
4	Какао с молоком	1/200	4,2	3,62	17,28	118,66
<b>Итого</b>			<b>20,68</b>	<b>26,32</b>	<b>63,74</b>	<b>555,18</b>
<b>2 день Вторник</b>						
1	Каша рисовая с маслом	1/150/5	3,72	3,54	37,62	201,0
2	Котлета из индейки	1/90	19,0	6,18	8,33	169,4
3	Овощи порционно/Огурец (по сезону)	1/50	0,42	0,05	1,42	7,78
4	Хлеб пшеничный	1/20	1,58	0,2	9,46	42,72
5	Чай с сахаром	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0
<b>Итого</b>			<b>24,82</b>	<b>9,99</b>	<b>66,73</b>	<b>455,9</b>
<b>3 день Среда</b>						
1	Запеканка творожная	1/120	13,65	9,02	9,92	181,32
2	Молоко сгущенное	1/20	1,0	1,7	7,6	34,4
3	Чай с лимоном	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0
<b>Итого</b>			<b>14,75</b>	<b>10,74</b>	<b>27,42</b>	<b>250,72</b>
<b>4 день Четверг</b>						
1	Паста с мясными фрикадельками	1/150/50/30	9,2	11,5	26,5	230,0
2	Хлеб пшеничный	1/20	1,58	0,2	9,46	42,72
3	Чай с сахаром	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0
4	Фрукт порционно/ Яблоко, 1 шт.	1/100	0,27	0,27	6,61	31,72
<b>Итого</b>			<b>11,15</b>	<b>11,99</b>	<b>52,47</b>	<b>339,44</b>
<b>5 день Пятница</b>						
1	Каша рисовая с изюмом	1/200/7/10	4,4	22,08	55,76	183,3
2	Кофейный напиток	1/200	2,9	2,8	174,9	94,0
3	Кондитерское изделие (пряник)	1/50	2,94	3,04	34,26	172,53
4	Фрукт порционно, 1 шт.	1/240	2,16	0,01	19,44	103,2
<b>Итого</b>			<b>12,4</b>	<b>27,93</b>	<b>284,36</b>	<b>553,03</b>
<b>6 день Понедельник</b>						
1	Макароны отварные с маслом и сыром	1/150/ 5/15	9,33	11,17	26,26	246,7
2	Хлеб пшеничный	1/20	1,58	0,2	9,46	42,72
3	Какао с молоком	1/200	4,2	3,62	17,28	118,66
4	Фрукт порционно/ Яблоко, 1 шт.	1/100	0,27	0,27	6,61	31,72
<b>Итого</b>			<b>15,38</b>	<b>15,26</b>	<b>59,61</b>	<b>439,8</b>
<b>7 день Вторник</b>						
1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	1/250	9,04	12,26	36,0	290,51
2	Хлеб пшеничный	1/20	1,58	0,2	9,46	42,72
3	Сыр порционно	1/25	6,5	6,5	0	83,8
4	Чай с лимоном	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0
<b>Итого</b>			<b>17,22</b>	<b>18,98</b>	<b>55,36</b>	<b>452,03</b>
<b>8 день Среда</b>						
1	Паста с мясными фрикадельками	1/150/50/30	9,2	11,5	26,5	230,0
2	Хлеб пшеничный	1/20	1,58	0,2	9,46	42,72
3	Чай с сахаром	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0
4	Фрукт порционно/ Яблоко, 1 шт.	1/100	0,27	0,27	6,61	31,72
<b>Итого</b>			<b>11,15</b>	<b>11,99</b>	<b>52,47</b>	<b>339,44</b>
<b>9 день Четверг</b>						
1	Запеканка творожная	1/120	13,65	9,02	9,92	181,32