

4 день

Номер тек и ред.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	% соотноше- ние
	<b>Завтрак</b>							
4/54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,73	4,97	16,56	129,94	1,26	
54/54-6гн	Чай с молоком	200	1,5	1,4	6,8	52,9	0,2	
47/6/н	Батон	25	1,9	0,73	13,33	68,65	0	
51/6/н	Повидло	25	0	0	15,25	44,8	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>8,13</b>	<b>7,1</b>	<b>51,94</b>	<b>296,29</b>	<b>1,46</b>	<b>17,95</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
60/6/н	Сок яблочный	180	0,56	0	11,36	48	2,25	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180</b>	<b>0,56</b>	<b>0</b>	<b>11,36</b>	<b>48</b>	<b>2,25</b>	<b>2,9</b>
	<b>Обед</b>							
71/54-2з	Огурец свежий в нарезке	40	0,33	0	1,2	6,07	4	
11/61	Щи из свежей капусты	200	6,66	15,86	56,81	396,8	46,68	
22/6/н	Оладьи из печени	70	10,79	11	5,19	161	0,9	
23/54-11г	Картофельное пюре	130	2,6	4,94	20,54	137,19	22,53	
64/54-7хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	0	
48/6/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
49/6/н	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	1,36	9,32	55,92	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>680</b>	<b>24,16</b>	<b>33,36</b>	<b>125,28</b>	<b>896,38</b>	<b>74,11</b>	<b>54,3</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>							
24/6/н	Тефтели из говядины	70	7,96	12,19	9,05	177,9	0,33	
25/71	Сложный гарнир из отварных овощей	150	1,46	4,55	17,36	116,66	8,09	
53/54-13гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0,5	0	8,6	36,3	15	
48/6/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
76/2	Кондитерское изделие	30	1,92	5,04	20,55	131,1	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>470</b>	<b>13,42</b>	<b>21,98</b>	<b>65,08</b>	<b>508,16</b>	<b>23,42</b>	<b>35,04</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1760</b>	<b>46,27</b>	<b>62,44</b>	<b>253,66</b>	<b>1748,83</b>	<b>101,24</b>	<b>120,6</b>



*Заведующий ШБ ФФУ №2*  
*Урманда С.*