

6 день

Номер тк и рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	% соотношение
	<b>Завтрак</b>							
6/46	Каша молочная "Дружба"	180	7,8	7,94	35,66	245,6	0,82	
53/54-9	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,1	90,8	0,3	
84/6/н	Бутерброд "Сластёна"	45	3,5	2,43	24,54	134,65	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>425</b>	<b>15,1</b>	<b>13,87</b>	<b>71,3</b>	<b>471,05</b>	<b>1,12</b>	<b>28,54</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
62/130	Сок апельсиновый	180	0,11	0	3,04	13,6	9,56	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180</b>	<b>0,11</b>	<b>0</b>	<b>3,04</b>	<b>13,6</b>	<b>9,56</b>	<b>0,82</b>
	<b>Обед</b>							
74/30	Зелёный горошек отварной	60	1,86	0,12	3,9	24	4	
16/145	Свекольник	200	1,75	3,53	9,67	92,63	6,99	
80/54-2	Соус Белый основной	30	0,81	1,26	1,32	19,68	0,12	
34/54-2р	Котлеты рыбные (минтай)	80	11,36	2,24	5,92	88,48	0	
35/54-6г	Рис отварной	130	3,12	4,51	32,93	185,03	0	
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>740</b>	<b>22,68</b>	<b>13,22</b>	<b>95,28</b>	<b>605,14</b>	<b>11,11</b>	<b>36,67</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>							
36/54-4т	Сырники из творога	150	24	13,5	31,5	343,8	0	
88/351	Соус молочный (сладкий)	20	0,39	0,9	2,65	20,3	0,06	
55/54-2гн	Чай чёрный с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	0	
48/6/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
81/140	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	<b>Итого за прием</b>	<b>490</b>	<b>26,57</b>	<b>15</b>	<b>59,87</b>	<b>483,7</b>	<b>10,06</b>	<b>29,31</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1820</b>	<b>64,46</b>	<b>42,09</b>	<b>229,49</b>	<b>1573,49</b>	<b>31,85</b>	<b>95,36</b>

Заведующий ШБВУЗ № 1  
Трусова С.Б.

