

20.03.2023

(7-10 (10 дней))

Выход (г)	Наименование блюда	к. пер. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), минералы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150/5	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-344, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-38
60/30	Биточки мясные с томатным соусом	Калорийность-147, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-12
20	Печенье	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-67, Углеводы-16
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-678, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-117
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с крупой	Калорийность-79, Белки-3, Углеводы-16
225	Рыба, запеченная с картофелем	Калорийность-383, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-28
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-67, Углеводы-16
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-68, Белки-3, Углеводы-14
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-692, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-94
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1370, Белки-52, Жиры-43, Углеводы-211

*Девят*

Общая характеристика  
исслед и суммарную  
С. химический состав  
которые присутствуют



**(11-18 (10 дней))**

Выход (г)	Наименование блюда	кал, пов. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак

150/5	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	Калорийность-244, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-38
60/30	<b>Биточки мясные с томатным соусом</b>	Калорийность-147, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-12
40	<b>Печенье</b>	Калорийность-220, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-45
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-63, Углеводы-16
50	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23

**Итого за Завтрак** Калорийность-788, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-134

Обед

250	<b>Суп картофельный с крупой</b>	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-21
225	<b>Рыба, запеченная с картофелем</b>	Калорийность-383, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-28
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-63, Углеводы-16
50	<b>Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
40	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

**Итого за Обед** Калорийность-735, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-103

**Итого за день** Калорийность-1523, Белки-54, Жиры-46, Углеводы-237

~~250 Суп картофельный с крупой~~

*Подпись*

*питания)*



