

	Итого за четвёртый день	1520	65,72	66,205	218,85	1328,36	113,82		
Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С (г)	N рец	
			Б	Ж	У				
День 5									
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная с маслом	163	4,4	4,06	31,93	221	0,91	188	
	Чай с лимоном	197	0,12	0,02	10,2	41	2,83	412	
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	136		1	
	Итого за завтрак	400				398			
2 завтрак Обед:	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386	
	Салат из свежих огурцов(В/Л)	60	0,46	3,6	1,43	40,48	5,7	13	
	Салат из белокачанной капусты с яблоком(О/З)	60	0,85	3	5,4	52,9	19,6	21	
	Рассольник Ленинградский	180	1,68	4,08	13,28	96,6	6,02	82	
	Запеканка картофельная с мясом	200	12,13	9,5	25,7	337	3,8	291	
	Компот из свежих плодов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,36	372	
	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	10,2	52			
	Итого за обед	720				680,68			
	Уплотнённый Полдник:	Ряженка	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	420
		Суп молочный с пшеном	200	5,79	5,47	18,57	146,8	0,9	79
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,5	71		1	
Итого за полдник		410				307,8			