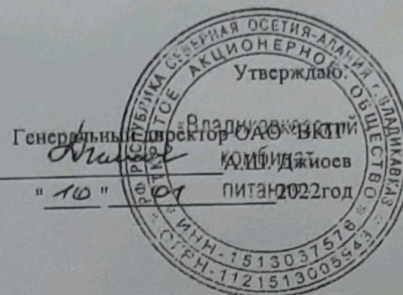




день 6



| № п/п  | №<br>Рецептуры  | Наименова<br>ние блюда   | Масса<br>порции, г | Пищевые вещества |              |                | Энерге-<br>Тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|--------|-----------------|--|--------------------|------------------|--------------|----------------|---|
|        |                 |  |                    | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы,<br>г |   |
| 1      | 2               | 3  | 4                  | 6                | 7            | 8              | 9   |
| День 6 | <b>Завтрак:</b> |  |                    |                  |              |                |   |
|        | 291/М           | Плов с<br>курицей  | 150/90             | 19,11            | 19,56        | 40,69          | 415,2                                     |
|        | 388/М           | Напиток из<br>шиповника  | 180                | 0,48             | 0,2          | 16,74          | 70,7                                      |
|        |                 | Хлеб<br>пшеничный  | 40                 | 3,04             | 0,4          | 19,32          | 93,0                                      |
|        | 338/М           | Мандарин   | 100                | 0,8              | 0,2          | 7,5            | 35,0                                      |
|        |                 | <b>Итого:</b>  | <b>560</b>         | <b>23,43</b>     | <b>20,36</b> | <b>84,25</b>   | <b>614,0</b>                              |
|        |                 |  |                    |                  |              |                | 0,00                                      |
|        | <b>Обед:</b>    |  |                    |                  |              |                |   |
|        | 50/М            | Салат из<br>свеклы с<br>сыром                                      | 60                 | 3,02             | 6,39         | 3,96           | 85,43                                     |
|        | 88/М            | Щи из<br>свежей<br>капусты с<br>картофелем<br>и сметаной,<br>200/5 | 205                | 1,95             | 5,95         | 9,12           | 97,83                                     |
|        | 291/М           | Плов с<br>курицей  | 240                | 19,11            | 19,56        | 40,69          | 415,24                                    |
|        | 342/М           | Компот из<br>вишни,<br>180/10                                      | 180                | 0,14             | 0,04         | 13,88          | 56,44                                     |
|        |                 | Хлеб<br>ржаной   | 40                 | 2,64             | 0,48         | 15,86          | 78,32                                     |
|        |                 | Хлеб<br>пшеничный  | 20                 | 1,58             | 0,2          | 9,66           | 46,76                                     |
|        | 338/М           | Яблоко   | 100                | 0,4              | 0,4          | 9,8            | 44,40                                     |
|        |                 | <b>Итого за Обед</b>   | <b>845</b>         | <b>28,84</b>     | <b>33,02</b> | <b>102,97</b>  | <b>824,42</b>                             |