

день месяц год

Возрастная категория				7-18 лет	день	месяц	год					
Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть	№ рецептуры	Цена	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Фрикадельки "Особые" в томатном соусе	100	10	12	10	186	9	30,05	
			гор.блюдо	Каша ячневая вязкая	150	5	4	24	155	174	6,15	
			гор.напиток	Напиток из смеси сухофруктов	200	1	0	19	80	3	6,27	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2	0	15	71	1	3	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1	0	9	44	1	1,94	
			закуска	Винегрет овощной	60	1	4	5	75	67	11,35	
			итого		560	19,66	20,93	82,12	610,87		58,76	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Фрикадельки "Особые" в томатном соусе	100	10	12	10	186	9	30,05	
			гор.блюдо	Каша ячневая вязкая	180	6	5	29	187	174	7,38	
			гор.напиток	Напиток из смеси сухофруктов	200	1	0	19	80	3	6,27	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118	1	5	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2	0	14	66	1	2	
			закуска	Винегрет овощной	100	2	7	8	125	67	18,91	
			итого		660	23	25	105	762		69,61	
1	1	Завтрак 2	гор. блюдо	Каша вязкая пшеничная молочная со слив. маслом	203	8,64	9,24	38,65	312	173		
			гор. напиток	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	тток 1		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142	1		
			итого		463	13,4	9,72	73,23	475,04		0	
1	1	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			итого		0	0	0	0	0		0	
1	1	Полдник	булочное									
			напиток									
					0	0	0	0		0		
			итого									
1	1	Ужин	гор.блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб									
					0	0	0	0		0		
			итого									
1	1	Ужин 2	кисломол.									
			булочное									
			напиток									
			фрукты									
					0	0	0	0		0		
			итого		0	0	0	155,35	1085,91		0	
1	1	Итого за день:				1023	33,06	30,65	155,35	1085,91		0
												0