

Утверждаю  
Заведующий С.А.Хилинская  
19.09.2014. *Н.С.С.* День 9

| Прием пищи                | Наименование блюда                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |               |              | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|---------------|--------------|----------------------------|----------------|
|                           |                                          |              | Белки            | жиры          | углеводы     |                            |                |
| Четверг День 9<br>завтрак | Каша пшенная<br>молочная жидкая          | 200          | 8,3              | 10,6          | 31,7         | 225                        | 133            |
|                           | Масло сливочное<br>порционное            | 5            | 0,04             | 3,62          | 0,08         | 33                         | 6              |
|                           | Хлеб пшеничный                           | 30           | 2,45             | 0,85          | 16,74        | 85,77                      | 701            |
|                           | Какао с молоком                          | 180          | 3,78             | 3,25          | 15,55        | 106,79                     | 213            |
|                           | <b>Итого</b>                             | 415          | 14,57            | 18,32         | 64,07        | 450,56                     |                |
| Второй завтрак            |                                          |              |                  |               |              |                            |                |
|                           | Витаминизированный<br>напиток «Витоника» | 50           | 0                | 0             | 8,64         | 33                         |                |
| Обед                      |                                          |              |                  |               |              |                            |                |
|                           | Салат из свеклы с<br>яблоками            | 60           | 2,49             | 5,69          | 4,5          | 61,99                      | 19             |
|                           | Рассольник                               | 200          | 2,3              | 6,56          | 10,44        | 83,4                       | 73             |
|                           | Плов из курицы                           | 130/57,8     | 12,09            | 7,36          | 25,54        | 281                        | 100            |
|                           | Кисель из плодового<br>концентрата       | 200          | 0,56             | 0,06          | 30,2         | 123,6                      | 213            |
|                           | Хлеб пшеничный                           | 20           | 1,84             | 0,64          | 12,55        | 64,32                      | 701            |
|                           | Хлеб ржаной                              | 50           | 1,8              | 0,03          | 13,29        | 36,7                       | 700            |
|                           | <b>Итого</b>                             | 660          | 21,08            | 19,764        | 96,52        | 651,01                     |                |
| Уплотненный<br>полдник    |                                          |              |                  |               |              |                            |                |
|                           | Макароник                                | 220/60       | 14,34            | 15,98         | 60,74        | 342                        | 469            |
|                           | Соус сметанный                           | 30           | 0,4              | 2,5           | 1,7          | 22                         | 354            |
|                           | Чай с сахаром                            | 200          | 0,12             | 0,018         | 13,6         | 52                         | 194            |
|                           | Хлеб пшеничный                           | 30           | 2,45             | 0,85          | 16,74        | 85,77                      | 701            |
|                           | Печенье                                  | 15           | 1,12             | 1,77          | 11,23        | 62,56                      | 368            |
|                           | <b>Итого</b>                             | 495          | 18,03            | 18,618        | 102,31       | 542,33                     |                |
| <b>Итого за день</b>      |                                          | <b>1570</b>  | <b>53,68</b>     | <b>56,702</b> | <b>262,9</b> | <b>1643,9</b>              |                |