



IV день: Четверг	Неделя: первая	
---------------------	----------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200	3,2	3,9	26,0	153,0
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,82	6,93	20,01	163
	<i>Итого:</i>	435	12,82	14,13	61,51	422,0
2 завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
Обед:	Салат витаминный	50	0,7	3,04	4,5	43,7
	Борщ со сметаной на к/б-не	200	1,6	5,5	9,8	104,0
	Запеканка картофельная с куриным мясом	160	12,13	9,5	25,7	237
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,8	34,1
	<i>Итого:</i>	630	16,15	19,78	73,6	544
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Булочка ванильная	50	3,95	4,06	27,24	161
	<i>Итого:</i>	230	8,95	9,76	34,44	262
Ужин:	Салат из моркови с маслом растительным	50	0,6	3,05	3,3	43,2
	Запеканка рисовая с творогом	150	9,1	7,47	49,86	303
	Молоко сгущенное	30	0,6	1,4	3,97	30,45
	Чай с сахаром	180	0	0	12	48
	<i>Итого:</i>	410	10,3	11,92	69,13	424,65
<i>Итого за IV день:</i>		1795	48,52	55,89	269,68	1782,6