

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			
Завтрак																
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	10,8	3,2	22,5	161,8	0,3	0,0	0,0	4,5	44,0	38,6	99,8	3,1	270		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8			2008
Итого за прием пищи:	350	13,9	3,4	49,4	283,6	0,4	0,0	0,0	5,3	59,2	53,2	133,4	3,9			
Всего за день:		13,9	3,4	49,4	283,6	0,4	0,0	0,0	5,3	59,2	53,2	133,4	3,9			

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			
Завтрак																
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	4,3	2,9	25,3	144,6	0,1	0,0	0,0	0,1	20,3	21,6	91,7	1,5	181	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		2008	
Итого за прием пищи:	350	7,4	3,1	52,2	266,4	0,2	0,0	0,0	0,9	35,5	36,2	125,3	2,3			
Всего за день:		7,4	3,1	52,2	266,4	0,2	0,0	0,0	0,9	35,5	36,2	125,3	2,3			

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг			Р, мг	Fe, мг
Завтрак																
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/3	5,6	3,9	25,5	159,4	0,2	0,0	0,0	3,2	14,7	83,8	124,9	2,9	181	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		2008	
Итого за прием пищи:	350	8,7	4,1	52,4	281,2	0,3	0,0	0,0	4,0	29,9	98,4	158,5	3,7			
Всего за день:		8,7	4,1	52,4	281,2	0,3	0,0	0,0	4,0	29,9	98,4	158,5	3,7			

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			
Завтрак																
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ЧАЙ С САХАРОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ Итого за прием пищи:	100/3	4,2	4,3	20,7	137,8	0,1	0,2	0,0	0,8	58,4	24,8	88,8	0,7	184	2008	
	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430	2008	
	20/20	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0,0	0,0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8		2008	
	350	7,3	4,5	47,6	259,6	0,2	0,2	0,0	1,6	73,6	39,4	122,4	1,5			
Всего за день:		7,3	4,5	47,6	259,6	0,2	0,2	0,0	1,6	73,6	39,4	122,4	1,5			