

ДЕНЬ 5									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	7,5	7,8	33,6	235,6	0,6		7,08
	Молоко								
	Геркулес								
	Масло сливочное								
	Сахар								
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,9	20,8	130,1	1,3		4,97
	Молоко								
	Сахар								
	Какао								
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	30/7	3,12	6,27	17,28	151,07			6,06
	Хлеб пшеничный								
	Масло сливочное								
Обед	Соленый огурец	20	3,08	4,12	4,4	63,7	12,92		4,41
	Суп гречневый на клб	200	4,8	3,8	7,2	80,4	0,86		5,36
	Масло растительное								
	Куры								
	Картофель								
	Морковь								
	Лук								
	Гречка								
	Масло сливочное								

	Жаркое по-домашнему с мясом кур	180	18,2	15,5	19,1	308,2	8,7		23,23
	Куры								
	Масло сливочное								
	Картофель								
	Лук								
	Морковь								
	Лук репчатый								
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17	81,6			1,8
	Компот из с/фр.	200	0,1	0,1	17,9	69,4	3,2		3,55
	Сухофрукты								
	Сахар								
Полдник	Чай с лимоном	200	0,2	0	16,3	63,9	4,1		0,9
	Сахар								1,22
	Чай								
	Лимон	30							
	Вафли	29							
Ужин	Оладья с маслом и сахаром	80	7,1	4,9	35,2	205,0	0,8		4,89
	Молоко								
	Яйцо								
	Мука								
	Сахар								
	Дрожжи								
	Масло растительное								
	Масло сливочное								
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	56,8	0,1		0,8
	Сахар								
	Чай								
	Хлеб пшеничный	20							

