

«16» 09 202_г.

День 12

Утверждено



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Плов из птицы	180	15	21	30	214	3	304
	Сок	200			10	43	3	391
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	40	3		17	106		1
	Помидоры, огурцы свежие	60	1	5	5	112	14	20
Итого за завтрак			19	26	72	656	30	
Итого за день			19	26	72	656	30	