



4 день

7-11 JET

15.10.26

Прим. типа, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Халва						
Халва рисовая с творогом с сыром молочным сладким с ванилью ТТК №54	180,50	10,26	12,80	36,30	301,40	ТТК №54
Фрукты свежие яблочно ТТК №18	120	0,50	0,50	11,80	58,40	ТТК №18
Несладкий напиток с молоком ТТК №10а	200	3,00	3,10	12,10	89,00	ТТК №10а
Чай с сахаром ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5
Итого за прием пищи:	580	16,06	16,60	75,30	517,90	

12-18 JET

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Пшеничная каша с творогом с сыром молочным сладким с маслом ТТК №34	200/50	13,68	17,07	48,40	401,17	ТТК №34
Фрукты свежие яблоко ТТК №18	120	0,50	0,50	11,80	56,40	ТТК №18
Кофеинный напиток с молоком ТТК № 10а	200	3,00	3,10	12,10	89,00	ТТК №10а
Чай сладкий ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5
Итого за завтрак	600	19,48	20,87	87,40	618,37	