

День 4

Прием пищи. Наименование блюда.	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1-й завтрак					
Молочная вермишель	180	5,85	5,81	19,99	155,0
Бутерброд с маслом	50,0	3,06	9,44	18,275	170,0
Чай с сахаром	180	0,126	0,018	10,276	41,004
2-й завтрак					
Бананы свежие	100,0	1,5	0,5	21,0	95,0
Обед					
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне	250	5,2	2,3	13,0	125,975
Макаронны отварные с маслом	150,0	5,49	4,215	26,37	165,48
Птица отварная (курица)	80	18,08	13,6	-	194,664
Хлеб ржаной	60,0	3,96	0,72	20,52	99,0
Компот из с/ф					
Полдник					
Бутерброд с сыром	70	7,357	10,703	22,652	216,223
Чай с сахаром	180,0	0,126	0,018	10,206	41,004
Итого:		50,749	47,324	162,289	1303,35