

Печенье	60	5,4	8,7	45,75	285,45	TTK №2	TTK
Итого за Дополнительный завтрак 65-00 руб.	260	10,6	13,3	77,95	471,25		
Итого за день	260	10,6	13,3	77,95	471,25		

Рацион: Платный доп.завтрак

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Дополнительн								
	Йогурт 2,5%- 3,2%	125	4	3,1	13	100	TTK №4	TTK
	Зефир обогащенный Платное	35	0,28	0,04	27,93	114,1	TTK №10	TTK
Итого за Дополнительный завтрак 65-00 руб.		160	4,28	3,14	40,93	214,1		
Итого за день		160	4,28	3,14	40,93	214,1		

Рацион: Платный доп.завтрак

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Дополнительн								
	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,1	9,9	43	TTK №9	TTK
	Булочка домашняя	50	3,3	6,2	27,9	180	TTK №26	TTK
Итого за Дополнительный завтрак 65-00 руб.		250	3,8	6,3	37,8	223		
Итого за день		250	3,8	6,3	37,8	223		

Рацион: Платный доп.завтрак

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Дополнительн								
	Коктейль	200	5,2	4,6	32,2	185,8	TTK №28	TTK
	Вафли	30	1,2	8,1	18,6	153	TTK №11	TTK
Итого за Дополнительный завтрак 65-00 руб.		230	6,4	12,7	50,8	338,8		
Итого за день		230	6,4	12,7	50,8	338,8		

Рацион: Платный доп.завтрак

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ТТК	Сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Дополнительн								
	Булочка маковая	50	3,8	3,9	39,2	136	TTK №30	TTK
	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,1	9,9	43	TTK №9	TTK
Итого за Дополнительный завтрак		250	4,3	4	49,1	179		
Итого за день		250	4,3	4	49,1	179		
Итого за период		2 370	58,33	86,99	501,58	3047,9		
Среднее значение за период			4,9	7,2	41,8	254		