

## *Примерное меню на витаминизацию*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
<b>Прием пищи</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>Неделя 1 День 2</b>							
Завтрак	Фрукт	70	0	0	16,5	70	338
Обед	Фрукт	70	0	0	16,5	70	338
<b>Прием пищи</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>Неделя 1 День 4</b>							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	6,43	37,15	338
Обед	Фрукт	100	0	0	6,43	37,15	338

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 5</b>							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
<b>Неделя 2 День 1</b>							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
<b>Неделя 2 День 2</b>							
Завтрак	Фрукт	70	0	0	4,5	26	338
Обед	Фрукт	70	0	0	4,5	26	338
<b>Неделя 2 День 3</b>							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
<b>Неделя 2 День 4</b>							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	24,4	101,6	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
<b>Неделя 2 День 5</b>							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	6,43	37,15	338
Обед	Фрукт	100	0	0	6,43	37,15	338