

Примерное меню на витаминизацию

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Обед	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Обед	Фрукт	100	0	0	13	52	331

Обед	Фрукт	100	0	0	13	52	331
------	-------	-----	---	---	----	----	-----

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Обед	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Обед	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Обед	Фрукт	100	0	0	13	52	331
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод ы		

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	какая ценность	рецепту ры
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.
Обед	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	п.п.