

6 день (с 3-х до 7-ми)

Название блюда	Выход блюда,	Б	Ж	У	ККАЛ
завтрак					
каша пшеничная молочная	180	5,9	8	21,75	186,97
кофейный напиток	200	-	-	13,86	53,06
батон с маслом	45	5,55	7,89	19,66	125,85
	425	11,45	15,89	55,27	365,88
чай с соком	200	0,15	-	18,38	72,48
пряник	30	0,96	0,84	24,33	102,63
	230	1,11	0,84	42,71	175,11
Помидор свежий № 61					
	50	0,3	0,1	2,1	9,94
суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне	200	4,59	5,17	14,78	114,95
котлета аппетитная	70	11,49	13,5	5,37	171,5
каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8
компот из свежих яблок	200	0,08	0,08	14,59	57,19
хлеб ржаной	50	2,45	0,5	18	102,5
		22,2	22,68	71,01	559,88
омлет	150	13,24	18,28	4,16	233,13
напиток из сухофруктов	200	0,39	-	15,06	58,07
батон	20	2,31	0,9	14,7	69,6
яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42
		16,34	19,58	43,72	402,8
ИТОГО за день:		51,1	58,99	212,71	1503,67