

8 день (с 3 до 7

Название блюда	Выход блюда, г.	Б	Ж	У	ККАЛ
Завтрак					
каша пшеничная	180	6,46	9,06	20,31	196,28
молочная					
чай с молоком	200	4,9	5,44	21,86	151,66
батон с маслом	30/5	4,79	7,59	14,76	102,65
		16,15	22,09	56,93	450,59
Второй завтрак					
напиток фруктовый	180	0,11	0,05	11,69	44,87
	0,11	0,05	11,69	44,87	
Обед					
салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3
суп овощной со сметаной на курином бульоне	200	4,03	5,31	11,43	105,4
жаркое по- домашнему	150	12,29	12,19	21,85	240,83
лимонный напиток	200	0,01	0,019	13,68	56,25
хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	102,5
		19,64	21,059	72,21	544,28
Уплотненный полдник					
Капуста тушеная с мясом	220	12,7	18,07	11,61	226,2
чай сладкий	200		-	13,87	53,06
батон	30	2,31	0,9	14,8	87,2
	15,08	18,97	40,28	366,46	

