

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>7 День</b>							
<i>Завтрак</i>							
	Каша рисовая молочная	200	6,8	8,7	21,2	136,3	№74
	Чай	200	0,2	0,04	14,9	56,8	№64
	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	0,07	7,8	0,1	112	№109
	<b>Всего за завтрак</b>		<b>8,76</b>	<b>16,9</b>	<b>36,2</b>	<b>305,17</b>	
<i>2 Завтрак</i>	Ряженка	150	<b>2,6</b>	<b>2,5</b>	<b>12,4</b>	<b>130</b>	№111
<i>Обед</i>							
	Салат из свежих помидоров	60	0,8	1,3	4,7	29,2	№101
	Свекольник на м. бульоне со сметаной	200/11	2	7	12,2	123	№7
	Котлета мясная запеченная	50	13,6	9,5	15,61	158	№48
	Каша пшеничная	150	3,5	5,6	23,3	258,18	№43
	Подлив	50	8,3	2,1	3,2	94,6	№106
	Компот из сухофруктов	200	0,54	0	27,85	107,7	№61
	Хлеб ржаной	50	3,2	0,7	28,6	128	№113
	Хлеб пшеничный	50	1,8	0,65	11,5	112	№112
	<b>Всего за обед</b>		<b>33,74</b>	<b>26,85</b>	<b>126,96</b>	<b>1010,68</b>	
<i>Уплотненный полдник</i>							
	Булочка домашняя	80	2,2	4,61	31,2	190,8	№80
	Какао	200	5,1	6,4	13,4	163,9	№60
	Банан	180	0,3	-	34,4	130	№105а
	<b>Всего за полдник</b>		<b>7,6</b>	<b>11,01</b>	<b>79</b>	<b>384,7</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>52,7</b>	<b>57,26</b>	<b>254,56</b>	<b>1830,55</b>	