

1	3	Завтрак 3 день	гор.блюдо	Каша молочная из крупы рисовой с изюмом и маслом сливочным 200/10	210	6,09	10,88	47,99	315,00	177	85,55
			кисломол	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00	15	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	457	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,00	51,50	574	
			итого		500	14,81	16,11	86,97	552,1		85,55
1	3	Итого за день:			500	14,81	16,11	86,97	552,1		85,55
1	4	Завтрак 4 день	закуска	Овощи натуральные по сезону (помидор)	80	0,88	0,16	3,04	17,60	70/71	85,55
			2 блюдо	Омлет натуральный с маслом сливочным	116	10,78	19,20	2,04	264,00	210	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00	465	
			хлеб	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	573	
			хлеб	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	574	
			фрукты	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	338	
			итого		551	19,12	22,84	53,72	539,7		85,55
1	4	Итого за день:			551	19,12	22,84	53,72	539,7		85,55

[illegible]

2	7	Завтрак 7 день	закуска	Икра кабачковая	60	0,6	4,56	4,56	57	СРБ	85,55
			2 блюдо	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	13,51	166,00	290/331	
			гарнир	Пюре картофельное со сливочным маслом	150	3,06	4,8	20,4	137,3	312	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,2	0,1	9,3	38	457	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	25	2	0,38	10	51,5	574	
			итого		585	20,55	21,82	77,45	543,4		85,55
2	7	Итого за день:			585	21	22	77	543		85,55
2	8	Завтрак 8 день	закуска	Овощи натуральные по сезону (помидор)	80	0,88	0,16	3,04	17,6	70/71	85,55
			2 блюдо	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00	229/299	
			гарнир	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,7	209,7	304	
			гор.напиток	Чай с сахаром	210	0,2	0,1	9,3	38	457	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	
			итого		700	19,52	11,6	90,34	552,1		85,55
2	8	Итого за день:			700	19,52	11,6	90,34	552,1		

2	9	Завтрак									
		9 день	2 блюдо	Сырники творожные запеченные со сгущенным молоком 150/30	180	28,44	9,54	32,22	327,00	286	
			напиток	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386	
			хлеб	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574	
			фрукты	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	338	
			итого		520	37,84	15,54	66,06	556,4		85,55
2	9	Итого за день:			520	38	16	66	556		85,55
2	10	Завтрак	закуска	Салат из свежей белокочанной капусты	80	1,05	2,6	5,02	47,68	45	85,55
		10 день	гарнир	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4	137,3	312	
			2 блюдо	Тефтели мясные в соусе	110	8,13	15,61	12,85	248,00	278	
			гор.напиток	Сок фруктовый	200	1,00	0	20,4	84,8	389	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	
			хлеб	Хлеб ржаной	20	1,60	0,3	8,02	41,2	574	
			итого		600	17,88	23,63	86,37	652,58		85,55
2	10	Итого за день:			600	17,88	23,63	86,37	652,58		85,55
		Среднее значение за период:			567,1	20,799	19,582	81,921	586,148		85,55

|

□