

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<u>Неделя</u>						
День 8						
завтрак	Каша молочная «Дружба» жидкая	150	4,74	7,64	26,33	167
	Кофейный напиток с молоком	150	3,43	3,78	15,78	109
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным маслом	/4	0,03	2,9	0,05	26
итого завтрак		304	8,2	14,32	42,16	302
второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,0	0,0	10,0	40
итого		100	0,0	0,0	10,0	40
обед						
	Суп лапша домашняя с фрикадельками	150/20	6,38	4,68	26,35	93
	Запеканка картофельная из отварного мяса с молочным соусом	150/30	15,28	15,03	13,01	293
	Компот из сухофруктов	150	0,23	0,0	14,84	58
	Хлеб ржаной					
Итого обед		500	21,89	19,71	54,2	444
Уплотненный полдник						
	Рагу овощное с маслом сливочным	150	3,75	5,09	14,45	126
	Кисель плодово-ягодный	150	0,0	0,0	14,7	60
	Хлеб пшеничный					
итого полдник		300	3,75	5,09	29,15	186
Хлеб на день	Хлеб пшеничный	50	3,06	1,07	20,9	17
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,3	56
Итого хлеб		80	4,86	1,37	34,2	163
Итого за день		1284				