

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
2 Неделя						
День 8						
завтрак	Каша молочная «Дружба» жидкая	200	6,32	10,18	35,09	232
	Кофейный напиток с молоком	180	4,12	4,54	18,95	130
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	/5	0,04	3,62	0,06	32
итого завтрак		385	10,48	18,34	54,1	394
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	200/20	6,87	5,66	29,14	115
	Запеканка картофельная из отварного мяса с молочным соусом	200/50	19,14	13,05	40,15	365
	Компот из сухофруктов	180	0,28	0	18,14	71
	Хлеб ржаной					
Итого обед		650	26,29	18,71	87,43	551
Уплотненный полдник						
	Рагу овощное с маслом сливочным	205	5	6,78	19,26	139
	Кисель плодово-ягодный	180	0	0	17,64	117
	Хлеб пшеничный					
итого полдник		385	7,24	5,86	71,04	416
Хлеб на день	Хлеб пшеничный	65	3,97	1,39	27,2	139
	Хлеб ржаной	40	2,7	0,4	17,72	74
Итого хлеб		105	6,67	1,79	44,92	213
Итого за день		1625				