

5 день 5 ИЮль

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мл
		всего		всего				
Завтрак(415)								
Суп молочный вермишель	200	4,12	5,2	17,82	184	0		
Кофейный напиток №286, сб. 2015	200	0,20	0,03	21,48	38,0	0		
Хлеб пшеничный с маслом	35/5	1,98	0,25	12,08	89,73	0		
Итого за прием	440	6,3	5,48	51,38	311,73	0		
Второй завтрак								
Фрукты свежие	100	0,75	0,15	15,15	107,50	3,0		
Итого за прием	100	0,75	0,15	15,15	107,50	3,0		
Обед/725/								
Суп «Шахтерский» №65	200	2,19	6,41	11,45	112,90	0		
Рагу из овощей №153, сб. 2015	200	12,1	14,5	21,1	264,0	6,9		
Компот из консервированных фруктов №292, сб. 2015г	200	0,70	0,03	16,80	84,96	20,5		
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70,71	0		
Итого за прием	640	17,63	21,42	62,71	120,88	27,4		
Полдник /260/								
Хлеб с сухим молоком №257, сб. 2015г	60	4,35	3,57	33,16	182,71	1,18		
Кисель	200	0,11	0,03	10,0	58,0	0		
Итого за прием	260	4,46	3,6	43,16	240,71	1,18		
Итого за день	1440	29,14	30,65	172,4	780,82	31,58		