



9 день 11 июля

утверждаю заведующий Стефаненко Е.В.

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г		Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		Всего	Всего				
<b>Завтрак(415)</b>							
Каша манная молочная №194сб.2015г	200	5,0		7,43	29,67	215,06	0
какао смолсб.№283 сб.2015г	200	0,4		3,39	14,53	104,47	0
Бутерброд с маслом	40/10	1,98		0,25	12,08	89,73	0
<b>Итого за прием</b>	<b>456</b>	<b>12,64</b>		<b>16,39</b>	<b>56,28</b>	<b>479,38</b>	<b>0</b>
<b>Второй завтрак/180/</b>							
яблоко	100	2,22		5,76	10,2	94,5	2
<b>Итого за прием</b>	<b>100</b>	<b>2,22</b>		<b>5,76</b>	<b>10,2</b>	<b>94,5</b>	<b>2</b>
<b>Обед/725/капуста</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем№52,сб.2015г	200	1,44		4,14	6,98	71,30	3,5
Каша пшеничная рассыпчатая	150	11,2		7,0	46,2	296	0
Бефстроганов из отварной говядины №94,сб.2015г.	50	14,77		14,93	3,64	197,84	3,2
Компот из кон-х фруктов№293, сб.2015г	200	0,18		0,04	10,21	41,08	20,5
Хлеб ржаной	50	0,99		0,18	5,01	53,03	0
<b>Итого за прием</b>	<b>650</b>	<b>28,58</b>		<b>26,29</b>	<b>69,04</b>	<b>659,25</b>	<b>27,2</b>
<b>Полдник /270/</b>							
Сырники из творога со сметаной№229сб.2015г	120/20	3,87		3,34	9,21	79,51	0
чай с сахаром, №214,сб.2015г.	200	1,37		0,30	14,49	71,67	3,2
<b>Итого за прием</b>	<b>240</b>	<b>5,24</b>		<b>3,64</b>	<b>23,7</b>	<b>151,18</b>	<b>3,2</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1536</b>	<b>40,04</b>		<b>44,47</b>	<b>195,69</b>	<b>1354,7</b>	<b>41,1446</b>