



4 день 18.10.18

| Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | С, мл |
|---|-------------|--------------|--|--------------|--|---------------|---------------|--------------|
| | | Всего | | Всего | | | | |
| Завтрак(415) | | | | | | | | |
| Суп молочный с крупой пшеничной №72, сб.2015 | 200 | 4,12 | | 5,2 | | 17,82 | 184 | 0 |
| Чай с сахаром №282 сб.2015г | 200 | 0,11 | | 0,03 | | 10,0 | 58,0 | 0 |
| Бутерброд с маслом | 3 0/5 | 1,98 | | 0,25 | | 12,08 | 89,73 | 0 |
| Итого за прием | 435 | 6,21 | | 5,48 | | 39,9 | 331,73 | 10 |
| Второй завтрак/180/ | | | | | | | | |
| Компот из смеси сух-ов №292, сб.2015г | 150 | 0,92 | | 0,05 | | 20,56 | 83,25 | 20,5 |
| Итого за прием | 150 | 0,92 | | 0,05 | | 20,56 | 83,25 | 20,5 |
| Обед/740/ | | | | | | | | |
| Борщ с морской капустой и яйцом №56, сб., 2015г | 200 | 0,85 | | 2,2 | | 4 | 39 | 3,5 |
| Макаронные изделия отварные №215, сб.2015 | 150 | 3,45 | | 4,23 | | 33,34 | 191,26 | 0 |
| гуляш №97, сб.2015г. | 50 | 9,38 | | 12,25 | | 9,32 | 186,13 | 0 |
| Компот из кон-х фруктов №293, сб.2015г | 200 | 0,18 | | 0,04 | | 10,21 | 41,08 | 20,5 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | | 0,48 | | 13,36 | 70,71 | 0 |
| Итого за прием | 640 | 16,5 | | 19,2 | | 70,23 | 528,18 | 24 |
| Полдник /270/ | | | | | | | | |
| Пирог с повидлом №257, сб.2015г | 70 | 4,35 | | 3,57 | | 33,16 | 182,71 | 1,18 |
| Кисель | 200 | 1,98 | | 0,25 | | 12,08 | 59,73 | 0 |
| Итого за прием | 270 | 6,33 | | 3,82 | | 45,24 | 242,44 | 1,18 |
| Итого за день | 1495 | 29,96 | | 19,55 | | 175,93 | 1185,6 | 55,68 |