

	А	В	С	Д	Е	Ф	Г	Н
332	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые			Энерг. Ценн.	№ рецептуры
333				вещества			(ккал)	
334				(г)				
335				Б	Ж	У		
336	<b>Неделя 2</b>							
337	<b>День 7</b>							
338	<u>Завтрак</u>	Каша дружба молочная с маслом	150/180	4,6	6,4	24,3	174	311
339				5,1	5,6	27,5	181,9	
340		Кофейный напиток с молоком	180/200	2,4	1,9	12,1	76,1	414
341				2,7	2,2	13,6	85,5	
342		Бутерброд с сыром	20/30	4,8	4,8	7,4	92,8	3
343			8 гр/12 гр	6	4,9	14,7	128,5	
344	<b>Итого за завтрак</b>		<b>345/426</b>	<b>9,7</b>	<b>13,3</b>	<b>54,9</b>	<b>353,5</b>	
345				<b>12,3</b>	<b>17,7</b>	<b>69,8</b>	<b>461,7</b>	
346	<u>Второй завтрак</u>	Банан	130/160	1,3	0,4	9,8	47	
347	<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100/100</b>	<b>1,4</b>	<b>1,3</b>	<b>38,4</b>	<b>173,7</b>	
348	<u>Обед</u>	Огурец свежий	40/60	1,2	12,6	3,6	23	12
349		Салат из свежих огурцов	40/60	3,6	19,7	4,9	29,7	26
350		Суп картофельный с мясом	150/200	3,3	6,2	11,1	111,8	83
351				3,7	6,7	14,8	135,5	
352		Биточки мясные	50/70	6,3	4,4	8,2	97,3	239
353				9	6	11,5	136,1	
354		Капуста тушеная с маслом	130/150	2,6	3	10,7	81,3	346
355				3	3,5	12,7	96,5	
356		Компот из яблок	150/180	0	0	6,8	27,1	394
357				0	0	8,1	32,5	
358		Хлеб ржаной	40/50	2,3	0,3	14,4	69,3	
359				2,8	0,4	18,2	87,7	
360	<b>Итого за обед</b>		<b>560/710</b>	<b>20,28</b>	<b>21,26</b>	<b>61,06</b>	<b>514,82</b>	
361				<b>24,09</b>	<b>26,75</b>	<b>82,45</b>	<b>672,09</b>	
362	<u>Полдник</u>	Молоко кипяченое	150/180	4,34	3,61	6,28	81,18	1
363				5,2	4,5	7,6	97,2	
364		Хлеб пшеничный	20/20	1,6	0,2	9,8	47,6	к\к
365				1,6	0,2	9,8	47,6	
366				2,6	3,5	29,7	93,1	
367	<b>Итого за полдник</b>		<b>200/250</b>	<b>3,4</b>	<b>1,1</b>	<b>21,2</b>	<b>107,3</b>	
368								
369	<u>Ужин</u>	Пудинг творожный с маслом сливочным	130/150	26,4	21	35,1	438,8	224
370		Соус клубничный	20/25	30,8	28	40,9	542,5	
371		Чай с сахаром с лимоном	180/200	0,1	0	9	36,6	к\к
372				0,1	0	9,9	40,3	
373		Хлеб пшеничный	20/40	1,6	0,2	9,8	47,6	
374				3,2	0,4	19,6	95,2	
375	<b>Итого за ужин</b>		<b>380/440</b>	<b>9</b>	<b>20,6</b>	<b>59,8</b>	<b>397,9</b>	
376	<b>Итого за день:</b>			<b>11,5</b>	<b>22,2</b>	<b>80,2</b>	<b>478,1</b>	
377				<b>43,78</b>	<b>57,56</b>	<b>235,36</b>	<b>1547,22</b>	
378				<b>52,69</b>	<b>69,05</b>	<b>292,05</b>	<b>1992,89</b>	