

Наименование блюда	Выход блюда. г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		10,2	14,1	60.2.	393.3.
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	6,6	6,9	29,3	192,2
Чай	180	0	0	9.1.	35.
Хлеб с сыром	40	3,6	7,2	21,8	166,7
2-й завтрак		0,7	0	23,6	96,8
Фрукты	150	0,7	0	23,6	96,8
Обед		31.	52,4	111.8.	1036.2.
Салат овощной	60	0,5	6,1	1,5	62
Суп картофельный с бобовыми	180	7,3	7,8	20,7	181,5
Каша гречневая рассыпчатая с	150	6	6	29,9	197,2
Тефтели из мяса свинины	70	10,7	31	8,4	355
Компот их сухофруктов	180	0.5	0	18.3.	72.
Хлеб пшеничный	30	3,5	1	20	102,5
Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	13	66
Полдник		13,2	17,9	32,2	316,9
Молоко кипяченое	180	5,2	5,8	14,4	104,4
Выпечка	70	8	12,1	17,8	212,5
Итого за день		55.1.	84.4.	227.8.	1843.2.