

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
<b>Завтрак</b>		<b>18,1</b>	<b>17</b>	<b>35,2</b>	<b>344,7</b>
Омлет	100	6,8	8	4,9	110,9
Кофейный напиток с молоком	180	2,9	3	10,3	66,6
Хлеб с маслом шоколадным	40	8,4	6	20	167,2
<b>2-й завтрак</b>		<b>1,1</b>	<b>0,4</b>	<b>26,3</b>	<b>112,9</b>
Сок	150	1,1	0,4	26,3	112,9
<b>Обед</b>		<b>24.8.</b>	<b>20,4</b>	<b>101.8.</b>	<b>682.2.</b>
Салат овощной	60	1,1	4,1	3	52,4
Суп-пюре из картофеля	180	2,6	2,6	14,8	87,7
Макаронные изделия отварные	150	5,3	3,8	32,4	188
Печень по-строгановски	70	9,3	8,4	0,3	113,6
Напиток из шиповника	180	0.5.	0	18.3.	72.
Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	13	66
Хлеб пшеничный	30	3,5	1	20	102,5
<b>Полдник</b>		<b>6,4</b>	<b>6,6</b>	<b>47.</b>	<b>264.9.</b>
Чай	180	0	0	9.1.	35.
Пудинг манный	120	6,4	6,6	37,9	229,9
<b>Итого за день</b>		<b>49.3.</b>	<b>44.4.</b>	<b>210.3.</b>	<b>1404.7.</b>