

8 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, к
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
168/2011	Каша ячневая вязкая на воде	200	4,3	5,6	27,8	179
391/2011	Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,1	2,8
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,5	20,4	95
	Итого за прием пищи:	450	8,1	6,2	48,2	276,8
	2-ой завтрак					
399/2011	Сок яблочный	100	0,5	0,0	10,1	42,22
	Итого за прием пищи:	100	0,5	0,0	10,1	42,22
	Обед					
80/2011	Суп картофельный с крупой (рис)	200	1,6	2,2	1,4	72,6
273/2011	Мясо (говядина) отварное	50	14,0	1,9	0,3	74,16
132/2011	Капуста тушеная	130	2,6	4,8	12,3	102,7
т.24/1996	Овощи свежие, соленые, вареные	50	0,7	0,0	2,3	12
639/2004	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,7	0,0	31,4	124,4
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	32,7	152
	Итого за прием пищи:	710	25,1	9,7	80,3	537,9
	Полдник					
125/2011	Картофель отварной	100	1,4	3,7	9,7	81,71
т.24/1996	Овощи свежие, соленые, вареные (свекла отварная)	30	0,4	0,0	1,4	7,2
391/2011	Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,1	2,8
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	12,3	57
	Итого за прием пищи:	360	4,3	4,1	23,4	148,7
	Всего:		38,0	20,0	162,1	1005,6