

9 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энерге- ческа ценность,
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак					
168/2011	Каша "Геркулес" вязкая на воде	200	5,2	2,7	32,5	174,1
391/2011	Чай без сахара	200	0,4	0,1	0,1	2,8
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	8,2	38
	Итого за прием пищи:	420	6,9	3,0	40,7	214,9
	2-ой завтрак					
368/2011	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44
	Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	44
	Обед					
80/2011	Суп картофельный с крупой (перловая)	200	2,0	2,2	13,6	82,6
282/2011	Котлеты из говядины рубленые натуральные	70	10,4	7,9	10,5	154
133/2011	Картофель тушеный	130	2,8	7,7	20,2	161,1
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	124,6
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	24,5	114
	Итого за прием пищи:	710	20,7	18,4	102,4	648,3
	Полдник					
135/2011	Свекла, тушеная с яблоками	100	1,4	1,4	11,6	64
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:	330	3,9	1,8	23,9	123,6
	Всего:		32,0	23,5	176,9	1031,4