

VIII день: Среда	Неделя: вторая
---------------------	----------------

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная вязкая со сл. маслом и сахаром	200	2,0	4,0	27,0	154,0		199
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0	1,44	416
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-	
	Масло сливочное	7	0,03	5,0	0,05	46,2		6
	<i>Итого:</i>	427	<b>8,51</b>	<b>12,71</b>	<b>62,55</b>	<b>494,6</b>	<b>1,44</b>	
<b>2 завтрак</b>	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	<i>итого</i>	100	<b>0,5</b>	-	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>2,0</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы с яблоком	50	0,55	2,6	5,7	48,35	4,65	36
	Суп картофельный с клецками на кур. бульоне	200	2,7	4,8	13,7	97,3	4,6	91
	Курица тушеная в соусе	70	8,7	2,7	2,8	70	0,4	318
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,45	5,3	32,6	211,7	0	330
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0	0,36	394
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6	-	
<b>Итого:</b>	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0	-	
	<i>Итого:</i>	680	<b>21,99</b>	<b>15,73</b>	<b>92,4</b>	<b>594,95</b>	<b>10,01</b>	
<b>Полдник</b>	Кисломолочный продукт	180	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	420
	Сушка	30	2,82	1,8	20,1	107,7	-	
	<i>Итого:</i>	210	<b>7,82</b>	<b>7,5</b>	<b>27,3</b>	<b>208,7</b>	<b>1,2</b>	
<b>Ужин</b>	Винегрет	100	2,76	11,1	16,8	189,6	20,4	46
	Омлет натуральный	75	7,03	9,4	0,9	119,1	0,15	229
	Чай с сахаром	180	0	0	12	48	0,03	411
<b>Итого:</b>	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-	
	<i>Итого:</i>	395	<b>12,47</b>	<b>20,9</b>	<b>49,7</b>	<b>452,7</b>	<b>20,58</b>	
<i>Итого за VIII день:</i>		1812	<b>51,74</b>	<b>56,84</b>	<b>242,05</b>	<b>1793,35</b>	<b>34,69</b>	