

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

№ рец	Выход порции	Прием пищи, наименование блюда	Продукты	Количество (г)	Пищевые вещества (химический состав), г			Энергетическая ценность ккал
					белки	жиры	углеводы	
		ЗАВТРАК						
стр246	200	Каша рисовая молочная жидкая	рис	30				
			молоко	100				
			сахар	5				
			масло слив.	5				
					5,12	6,62	32,61	210,13
395	200	Кофейный напиток с молоком	коф. нап.	2				
			сахар	15				
			молоко	100				
					2,79	3,19	19,71	118,69
3	50/10	Хлеб с маслом	хлеб	50				
			масло	10				
					3,71	5	20,99	184,21
	45	Кондитерские	кондитерские изд.	45	1,8	1,665	35,2	156,2
		итого:			13,42	16,48	108,51	669,23
		ОБЕД						
49	50	Салат из моркови с яблоками	морковь	38,12				
			яблоки	22,5				
			сахар	1				
			масло растительное	3,12				
					0,75	1,12	5,62	31,25
37	25/250	Суп куриный с клецками	курица	52				
			картофель	50				
			морковь	12				
			лук репчатый	12				
			масло раст	5				
			яйцо	12				
			мука	25				
					9,75	11,1	39,35	246,64
150	250	Голубцы ленивые с соусом	мясо говядины	107				
			капуста свежая	215				
			рис	12				
			лук репчатый	14				
					19	13	15,8	246
332	200	Кисель из концентрата	кисель из концентр.	24				
			сахар	10				
					0	0	30,6	118
	45	кондитерские изделия	кондитерские изделия	45	1,8	1,665	35,2	156,2
3	30	Хлеб ржано-пшен.	хлеб ржано-пшен.	30	2,06	0,37	14,11	64,5
3	50	Хлеб пшеничный		50	3,8	0,45	24,85	113
		Итого в обед:			37,16	27,71	165,53	975,59
		Итого в день:			50,58	44,18	274,04	1644,82