



день 8



№ п/п	№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	6	7	8	9	
День 8	Завтрак:							
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	
	268/М	Биточки из говядины с соусом томатным	90/30	9,89	10,64	8,53	169,4	
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193,0	
	378/М	Чай с молоком	180	1,45	1,25	12,38	66,6	
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0	
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
		Итого:	600	19,21	26,26	79,85	632,6	
		Обед:						
	49/М	Салат витаминный /2 вариант/	60	1,26	3,08	4,46	50,60	
	99/М	Суп из овощей со сметаной, 200/5	205	1,43	3,95	8,66	75,91	
	268/М	Биточки из говядины	90	9,89	10,64	8,53	169,44	
	143/М	Рагу овощное	150	2,89	5,38	17,94	131,74	
	349/М	Компот из сухофруктов, 180/10	180	0,4	0,02	20,6	84,18	
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	78,32	
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40	
		Итого за Обед	845	20,49	24,15	95,51	681,35	