

день 9



№ 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 9	<b>Завтрак:</b>						
	223/М	Запеканка из творога с соусом сладким сметанным	150/50	20,95	18,33	42,87	420,3
	379/М	Напиток кофейный на молоке	180	2,74	2,26	18,6	105,7
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>27,13</b>	<b>21,39</b>	<b>90,59</b>	<b>663,4</b>
	<b>Обед:</b>						
	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	0,93	3,05	2,6	41,57
	98/М	Суп крестьянский с рисом	200	1,74	4,95	11,7	98,31
	294/М	Биточки из индейки с соусом томатным, 90/30	120	9,56	9,86	12,14	175,54
	202/М	Макароны отварные	150	6,2	4,58	42,3	235,22
	342/М	Компот из вишни, 180/10	180	0,14	0,04	13,88	56,44
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	78,32
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
		<b>Итого за Обед</b>	<b>870</b>	<b>23,19</b>	<b>23,56</b>	<b>117,94</b>	<b>776,56</b>