

8 день

Номер тк и рел.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	% соотношени е
	<b>Завтрак</b>							
8/1/4/4	Суп молочный с крупой ячневой	200	7,56	6,65	22,13	177,72	1,09	
5/4/5/4-6/н	Чай с молоком	180	1,35	1,26	7,74	47,61	0,18	
8/4/6/н	Бутерброд "Сластёна"	45	3,5	2,43	24,54	134,65	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>425</b>	<b>12,41</b>	<b>10,34</b>	<b>54,41</b>	<b>359,98</b>	<b>1,27</b>	<b>21,81</b>
	<b>Второй завтрак</b>							
	<b>Второй завтрак</b>							
	<b>Второй завтрак</b>							
58/6/н	Кисломологичный напиток (йогурт)	180	6,12	4,5	25,92	102,83	1,98	
	<b>Итого за прием</b>	<b>180</b>	<b>6,12</b>	<b>4,5</b>	<b>25,92</b>	<b>102,83</b>	<b>1,98</b>	<b>6,23</b>
73/7/0	Огурец солёный (порционный)	40	0,32	0,04	0,68	5,2	2	
18/1/43	Борщ с фасолью и картофелем	200	3,05	4,11	12,95	100,91	12,84	
40/5/4-9/н	Жаркое по-домашнему	180	18,32	14,26	18,48	275,2	21,6	
59/5/4-5/н	Компот из кураги	200	1,8	0	28,6	121,4	0,4	
48/6/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
49/6/н	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	1,36	9,32	55,92	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>26,67</b>	<b>19,97</b>	<b>79,55</b>	<b>604,83</b>	<b>36,84</b>	<b>36,65</b>
	<b>Уплотненный полдник</b>							
41/6/н	Горбуша под омлетом	90	18,96	15,12	7,55	244	0,77	
55/5/4-2/н	Чай чёрный с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	0	
75/6/н	Крендель с сахаром	60	8,6	11,28	38,66	275,9	0	
48/6/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,52	46,2	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>370</b>	<b>29,34</b>	<b>26,6</b>	<b>62,13</b>	<b>592,5</b>	<b>0,77</b>	<b>35,9</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1635</b>	<b>74,54</b>	<b>61,41</b>	<b>222,01</b>	<b>1660,14</b>	<b>40,86</b>	<b>100,61</b>

Заведующий ШБ ВРЧ  
Гришова Э.В.

